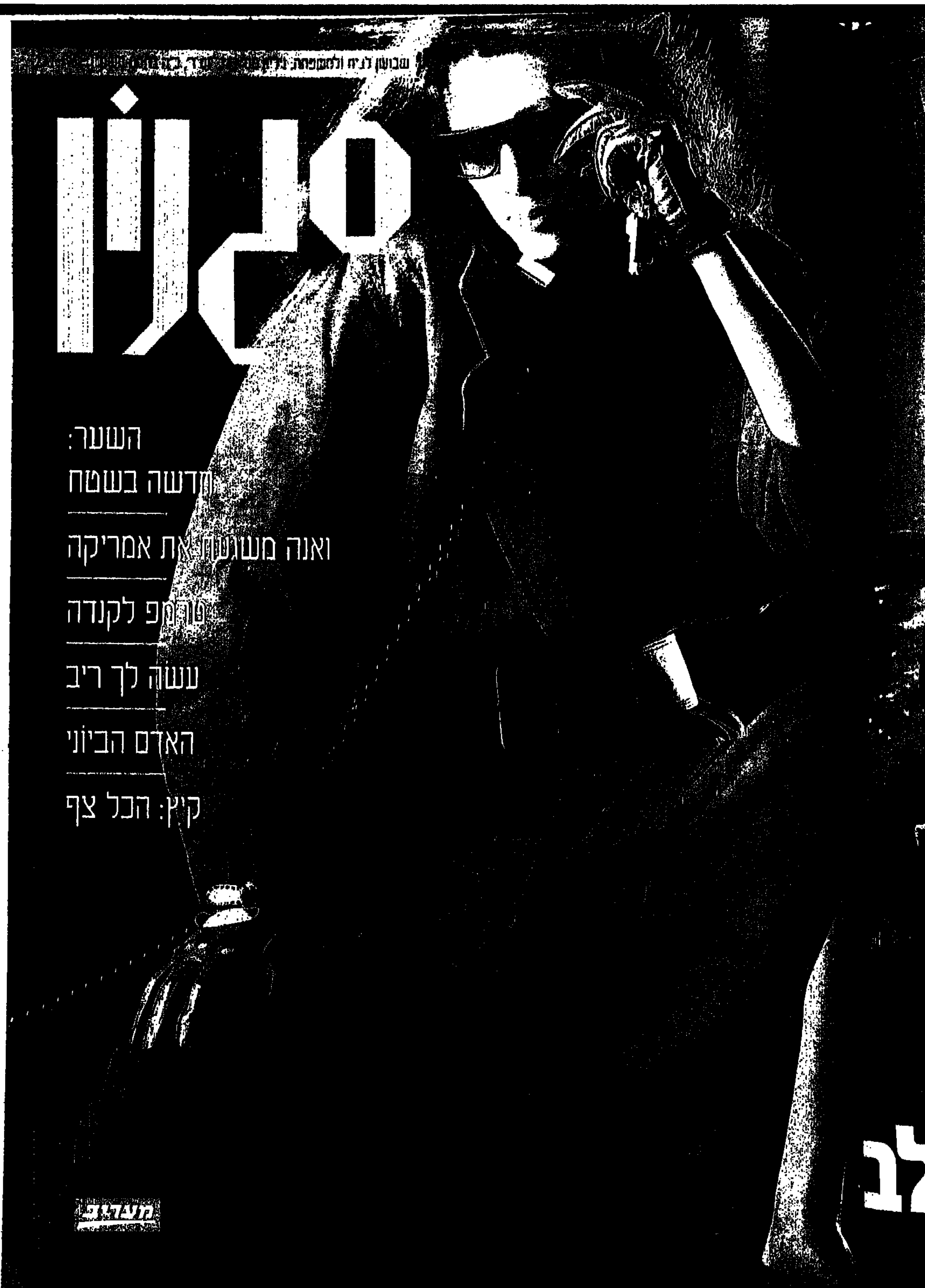
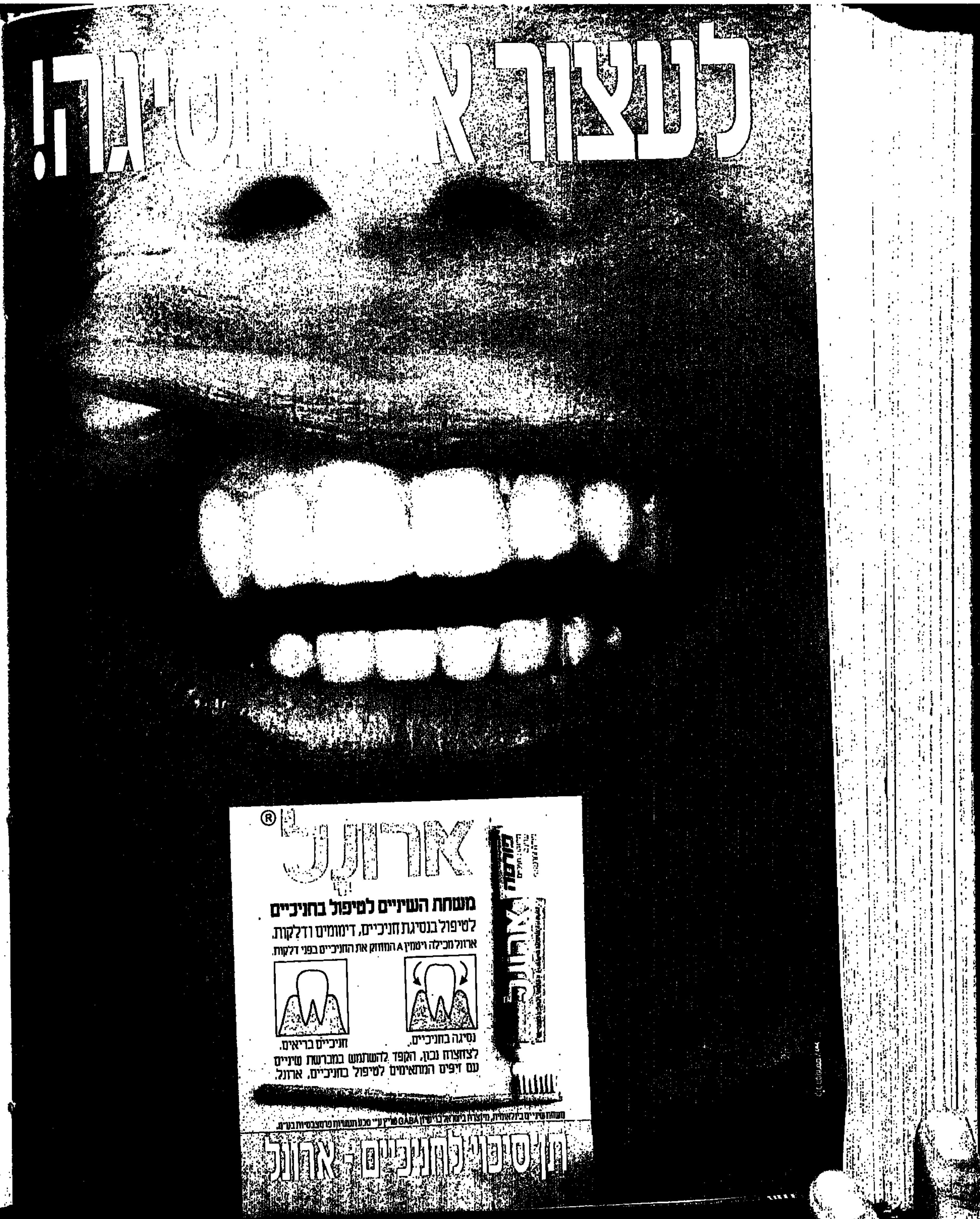

סגנון
השער:
חדשה בשטח
ואנה משגעת את אמריקה
טרמפ לקנדה
עשה לך ריב
האדם הביוני
קיץ: הכל צף
מעריב

נחל עוז
אבטיח
עם כל הלב
א
אבטיחי נחל עוז,
ללא גרעינים
מתוקים וטעימים במיוחד,
קליפתם דקה מן הרגיל.

קו-קי מן®
העוגיה ששיגעה את העולם
אתה לא חייב להגיע לכתובת המדוייקת של סניף קוקי-מן הקרוב אליך. מספיק שתעבור בסביבה... ותנשום עמוק.
הריח המטריף של עוגיות קוקי-מן - "ברנדי סנפ", "שוקולד צ'יפ", "BROWN EYED SUSAN", "קליפורניה", "עוגית חמאה"... ועוד... ועוד (15 טעמים) - יביאו אותך ישר לסניף.
קוקי-מן. אף אחד לא יכריח אותך להיכנס אלינו.. מלבד האף שלך.
הטעם והאיכות יביאו אותך אלינו שוב ושוב!
קו-קי מן
האפיה לנגד עיניך! כ-100 עוגיות בק"ג!!!
6 סניפי מאפה בישראל.
מאות סניפי מאפה בעולם.
סניפי קוקי-מן - ת"א דיזנגוף סנטר, ר"ג - קניון אילון, נתניה - רח' הרצל 18, חולון - רח' סוקולוב 66 (פינת שנקר) ירושלים - רח' בן הלל 5, ראשל"צ - רח' רוטשילד 35.
סניפים נוספים - בקרוב!
COOKIE MAN
Fresh Baked Guarantee
קוקימן (ישראל) בע"מ. טל. 03-498615
לא כל מי שאומר שהוא מוכר קוקי'ס הוא קוקימן. ®Cookie Man



לעצור א
סיגה!
ארונל®
משחת השיניים לטיפול בחניכיים
לטיפול בנסיגת חניכיים, דימומים ודלקות.
ארונל מכילה ויטמין A המחזק את החניכיים בפני דלקות.
נסיגה בחניכיים.
חניכיים בריאים.
לצחצוח נכון, הקפד להשתמש במברשת שיניים עם זיפים המתאימים לטיפול בחניכיים, ארונל.
חוסן טבעי לחניכיים - ארונל

כותבים לנו

הפתעה לבן־אהרון

בתמונה המופיעה ברשימתו של מנחם תלמי "חולצה כחולה בנעורים לבנים" ("סגנון" 160) נתגלתה לי תמונתי עם קבוצת בנות הנוער שגידלתי בחיפה. התמונה משנת ה־1929. אחת מהבנות היא אשתי היום. הפתעה נעימה. מעתה אציץ ב"סגנון".

גבעתיים מאוחד — יצחק בן־אהרון

סוכן מכירות של הקב"ה

חזקה על הרב הרפורמי זמר, שפקח את עיני יוסף לפיד (בטורו מיום 8 ביולי) להיווכח, שאין ברית המילה מעין "הוקוס־פוקוס מימי הביניים" (כלשון הצחות שלו), אלא מצווה יקרה שהחזיקים בה יהודים במסירות־נפש במשך כ־4,000 שנה, כאות ברית בינינם לבין אביהם שבשמים. שאם לא כן, מה הכביר לו על כוס היין?

הנכון הוא שהיהדות, שהתמקדה בעיקר בתוכן, ופחות בגינונים חיצוניים, ומהיותה אנטי־מיסיונרית באופייה, לא הצטיינה מעולם כ"סוכן מכירות" של הקב"ה. יחד־עם־זאת, אם נקעה נפשו של טומי מ"השממה הרוחנית בישראל" (של מי?) והוא מבקש, באמת ובתמים צוהר לעולמה של היהדות, מובטח לו שימצא כזה בתוכנו, ולא יערוג לריפורמים... צעירים, משכילים ואמידים מארה"ב? מהם ישיג במקרה הטוב, ציצים ופרחים, לא פירות.

בת־ים — צבי ברכיה

תודה!

אני רציתי זה ימים רבים להודות לכם על הוצאת העיתון "סגנון". אתם, בעזרת עיתונכם המשובח, עוזרים לי לדעת דברים שונים בעולם, המצאות, ניסויים ודעות אישיות. אני בטוח, שיש עוד אנשים רבים המסכימים עימי. אני מקווה שבעתיד ימשיך העיתון בהצלחתו.

קרית־אתא — רן ינגרקי

כלב צריך לעבוד!

בחירת הכלב הפכה לסנוביזם של מגדלים. המגדלים מעדיפים גזעים נדירים, שושלות יוחסין וכו', על פני עזרתו של הכלב (בהתאם לאופיו) וידידותו. לעיתים נראה שסבלו של הכלב הצפוני מארצות הקרח אינו מדאיג את בעליו בקו המשווה.

הרושם הכללי שאנו עוברים כאן עסק גדול, שתכליתו פיננסית, המנצל את יהירותו של האדם, המעדיף צאצא לבעל פרווה מטופחת וזרבובית נאה, פחדן, "חלשלוש", בעל מבט "אנושי" הגדל בדירה, על כלב בריא וגאה הגדל בחוץ.

רק שינוי בצורת השיפוט יביא לשינוי בגידול, יש להעביר את הכלב מבחני עבודה במקביל למבחני חיצוניות ויופי. ורק כלב שעבר מבדקים אלו בהצלחה יהיה רשאי להקרא אלוף!

רמת גן — ציון דיין

חוקם קרן לחולים

הגיע הזמן שתוקם קרן ציבורית ממלכתית, שתטפל בסיוע לחולים הנזקקים לניתוחים או טיפול בחו"ל. הקרן תהיה בפיקוח ועדה ציבורית ותהיה יעילה יותר מאשר הקרנות הפרטיות הקמות חרשות לבקרים ושחלקן אינו בפיקוח. זוהי בושה לחברה הישראלית, שחולים הנזקקים לניתוחים דחופים בחו"ל – ייאלצו להופיע באמצעי התקשורת ולספר לעם ישראל על מצבם האומלל ולהתחנן כעני בפתח לתרום עבורם.

תל־אביב — אלי אלון

כפר לנגמלי סמים

ב"סגנון" מס' 158 מתאריך 17.6.87 הופיעה ידיעה על הכפר לנגמלי סמים, אשר אייבי נתן מתכנן להקים. בידיעה נאמר בין השאר "עליו להתמודד גם עם התנגדות של קיבוץ שדה בוקר" ולא כך העובדות. בתאריך 31.5.87 התקיימה ישיבת מליאת המועצה האזורית "רמת נגב" בנוכחות אייבי נתן וצוותו ובישיבה נאמר – ואני מצטט מתוך פרוטוקול הישיבה:

"מזכירות קבוץ שדה בוקר: מזכירות הקבוץ החליטה לתמוך בהקמת הכפר במקום המוצע, נראה למזכירות כי הפרוייקט חשוב, חיובי וחינוכי".

"ראש המועצה: אישית אני מצטרף לדעה שיש להקים את הכפר במקום המוצע". וראש המועצה האזורית הינו חבר שדה בוקר).

אין לי ספק, כי אייבי נתן – שהיה נוכח בשעת כל הדיונים האלה – לא הבין את העובדות, ונראה לי כי יש מקום להבהרה מצדכם.

רסי בכרך,
ראש המועצה האזורית רמת הנגב

דעה אחרת

טירונות לבנות – דבר מיותר

אני סבור, שתקופת הטירונות של הבנות המתגייסות לצה"ל היא מיותרת ואולי אף מזיקה. בנות הנושאות על כתפיהן רובים ארוכים, לבד משניים־שלושה תיקים לא קלים, מעוררות רחמים כלפיהן. למי זה נחוץ? האם מי מהן תירה בהמשך שירותה ולו גם כדור אחד? האם הבנות הסוחבות נשק על גופן אמורות להשתמש בו, חלילה, ביום פקודה?

המשאבים המושקעים באימון, העדר הסיבה המספיקה, המשכנעת, להמשך מסורת חישולן של הבנות (באופן המקביל, יחסית, לדרך הפיכתם של הבנים מתלמידי־תיכון פריכים ללוחמים קשוחים), הם רק שני טעמים, אשר די אפילו באחד מהם כדי להצדיק פתיחת בירור ציבורי אודות נחיצותה של הטירונות לבנות המתגייסות בצה"ל.

בנות ממלאות בצבא תפקידים רבים וחשובים, אשר לא אעלה על דעתי להטיל ספק בתועלתם. תרומתן של רבות מן המשרתות בצבא חורגת – בתוך עמי אני חי – מהתועלת ומהתפוקה הישירה שהן מפיקות בתפקידן.

אף על פי כן, הטירונות אינה מכשירה אותן כפי שהיא מכשירה את הבנים לתפקידם, לא בדרך עקיפה ולא בדרך ישירה.

גם אם יש איזה צל־הילה דק על בת חמושה בנשק וגם אם יש מי מן הבנות, אשר תקופה זו ממלאה אותן גאוות השתייכות כלשהי, נראה לי, שבכלל – יש צורך, טעם ומקום לבחון מחדש את התועלת של טירונות הבנות במסגרת צרכי הצבא, ולא לאור התביעה לשוויון מכאני בין המינים.

אברהם שרון

סגנון

15–14
בועז קוסטר:
הכל צף

21
יוסף לפיד:
הטור של טומי

23
ואנה־מאניה
משגעת את אמריקה

33
אלכס דורון:
האדם הביוני

35–34
עשה לך ריב

38–36
יוסף צוריאל:
טרמפ לקונדה

48
עדנה כצנלסון:
שניים ביחד וכל אחד לחוד

עורכות:
חמר אבידר וליאורה עיני

עיצוב ועריכה גרפית:
כרמית ארדר, רוחי בנאי

מודעות: נילה שוידר, סימה בלכי
טלפון 439474 (03)

מזכירת הפקה: בתיה אבישי
טלפון 439276 (03)

כל הזכויות שמורות למעריב ©

סיפור השער:

עשירה באדום. דגם מפרוייקט הגמר של בוגרת "שנקר", אורלי צרפתי, עור דק עם אביזרי עור טבעי, שעצבה בחסות "בגד עור". רשימתה של יהודית חנוך, עמ' 19,17,16.
דוגמנית: עדיה מאיירצ'יק.
שיער: שוקי זיקרי.
צילום: בן לם.

מועדון מטיילי מעריב
פולין הונגריה
15 יום. בין פאר לאפר
6.8 (מלא), 9.9, 1.10
לקבלת פרטים: טל. 03-439207 קרליבך 2 ת"א
לגלות עולם נסתר
עם מדריכי נאות הככר
ביצוע: נאות הככר

כשבא לך איזו "מקלחת קטנה"... שלפי...

**כשחם ולח
וכל מה שבא זו "מקלחת קטנה"
שלפי פְּרֶש-וָואנְס!**

פְּרֶש-וָואנְס-מגבונים לחים, נוחים לשימוש, ריחניים ומרעננים, ב-2 ריחות עדינים וב-3 גדלים - לנוחותך.

ה"מקלחת" שלך הולכת איתך לכל מקום

בבית ומחוץ לבית, במכונית, בעבודה ובחיק הטבע, בשירות המילואים ובחוף הים. כל מקום הוא סיבה נוספת לשלוף פְּרֶש-וָואנְס.

"מקלחת קטנה"- עוד סיבה לשלוף Fresh Ones®
מגבונים לחים לרענון

היצרן: "על בד", משק משואות יצחק 79410, יצרן מוצרי פרש-וואנס לתינוקות, להסרת איפור ולריענון. שיווק: ברק אבנר מפיצים בע"מ.

רגע, חושבים!

יעקב העליון

כובע טמבל

אם היה לי כובע טמבל, הייתי מסיר אותו בפני המשוגעים האלה עם הכובע־טמבל והמימיות והמכנסיים הקצרים והנעליים הגבוהות.

הם היו בחרושת בתקופה האחרונה. במאבק הזה של טבע מול אדם. בית ג'אן – שמורת הר מירון.

איני מומחה שיוכל לומר מי צודק: הדרוזים, הדורשים לעבד את כל אדמותיהם, או האומרים, כי הארץ הזו נכבשת תחת כבישי הבטון וארובות החרושת והווילות. ועוד הם אומרים כי אם ציוויליזציה היא קידמה ותרבות, אז אבוי לתרבות שאינה מותירה לעצמה קצת טבע בשביל הנשמה. ואוי במיוחד בישראל הקטנה שאין בה הרבה טבע פנוי.

לא נעים שבראש הרשימה העמדתי את (צרכי) האדם מול (אנשי) הטבע. כאילו מגיני הטבע מתנכלים לצרכי האדם. הנני משוכנע, עם הוכחות וקבלות, כי אם יש בני אדם בארץ – רבים מהם הינם אנשי החברה להגנת הטבע. גם אם לא כולם יודעים זאת. (וודאי לא יודעים אלה, שהטבע הכי רחוק שהם מגיעים אליו הם חוף שרתון או פארק הירקון או חנות למוצרים טבעוניים).

אוהב הארץ הזו אנוכי וגם כתתי רגלי באתריה. רבים היו המקומות שיכולתי לשוטט בהם בזכות נוטרי הטבע, שטרחו וסימנו לי את השבילים בכל מיני צבעים כדי שלא אטעה בארצי. די היה אפילו בכך כדי שאסיר בפניהם את הכובע־טמבל.

אהבת הארץ נקנית גם – ומאד – באמצעות הרגליים. אם לבכם נשבר, כי תנועות הנוער אינן מה שהיו – הנה משהו לחיזוק: החברה להגנת הטבע הולכת ונעשית תחליף מרשים לתנועות הנוער. תיכוניסטים רבים, חברי "חוגי הנוער" ו"חוגי הסיור", יוצאים בכל יום פנוי מלימודים להתעלס עם הארץ. מכתתים רגליהם במדבריות, מטפסים בגליל ומתאהבים בארץ. (חשוב מאד! אם היו חושבים שהיא רק מה שכותבים בעיתונים עליה, אולי היו מחפשים ארץ אחרת). ציונות אמיתית – תסלח לי המילה הגסה – נולדת בזכות החברה להגנת הטבע.

ומה עם רבבות הילדים הקטנים שמטיילים בארץ עם קייטנות החברה "פשוש" ו"סלעית". ואלפי המשפחות, שהחברה מוודעת אותן לסביבתם הקרובה במה שמכונה סל"תים (סיור ללא תשלום). אם לא החברה, בחיים שלהם לא היו יודעים איזה דברים מעניינים יש להם ממש מתחת לאף. והטיולים הגדולים שמדריכה החברה ברחבי הארץ שבה הרבה משפחות משתתפות בהם. ובתי ספר שדה, המפוזרים בארץ, בסיסים לזינוק אל אתריה.

אם נותר מישהו שעושה לנו "תודעת הארץ" הזו – הפן היפה, האמיתי והנכון שלה – אלה הבחורים שמתאבלים בראותם שאיזה פרח מוגן נקטף בידי פרא־אדם.

ואיפה הכובע־טמבל שלי? ■

אביבה מץ

צלחת משותפת

הם ישבו זה מול זו. על שפת הים, במרפסת, בבית קפה, החזיקו ידיים בלי לדבר. רק החזיקו ידיים. הוא הסתכל לה עמוק בעיניים. גם היא הסתכלה לו בעיניים, חייכה כזוג. הדמיון עבר: ילדים, כביסה ותור לרופא שיניים.

המלצר הביא בקבוק יין וצלחת אחת משותפת. הם שתו ואכלו מאותה צלחת. בלי לדבר. כבר לא ילדים בגיל האשליות המתוקות. ותיקים בעסק. היא בטח בת שלושים פלוס, הוא יותר. לא יפים במיוחד. זוג רגיל, לא נשוי.

ההמולה מסביב לא נגעה להם. אי אפשר סתם ככה לגשת לאנשים שיושבים לבד עם עצמם באמצע השבוע, בבית־קפה ולהגיד להם את האמת. זה בוודאי היה מקלקל להם את הערב. אי אפשר סתם ככה לקלקל לזוג עם מחשבות ורודות את העתיד. אבל באיזהשהו מקום זה די מעצבן. מה הם חושבים לעצמם. זה לא הוגן ולא חברותי. יש בזה חוסר התחשבות. מה יכולים לחשוב כל האנשים מסביב? שאולי אצלם משהו לא בסדר, שהם לא מחזיקים ידיים ולא שותים יין, בקבוק שלם לעצמם? מה כבר לא בסדר בלשבת עם עוד חבר'ה באותו שולחן? קבוצות קבוצות מעבירים את הזמן בחוץ כי מה כבר יש לעשות, ככה סתם באמצע השבוע עם האשה בבית? עוד פעם טלוויזיה או איזה סרט וידאו?

למה צריך לסבול את הזוגות האלה שלא יודעים מה מחכה להם אחר־כך? אולי יודעים. אולי אפילו היו כבר בסרט הזה ולא השתכנעו. מסוג אותם אוהבי מלודרמות, שלא מאמינים לסרט אם לא נגמר טוב. כאלה שהולכים רק לסרטים אמריקאים. איפה שהגבור תמיד מתחתן עם הגיבורה שהיא במקרה גם יפה, גם עשירה ואינטליגנטית, עם אבא שלוקח אותו ישר לנהל את העסקים. מין טיפוסים כאלה שתמיד יחזרו על אותו סרט עד שהוא ייגמר טוב. יש כאלה אנשים. אבל לא צריך להזהר מהם, לא צריך חיסון. המחלה הזאת לא מדבקת. ■

ארט בוכוואלד

כלבים

לכל אחד שאני מכיר יש כלב, וכל אחד מאמין שהכלב שלו הוא החיה היפה ביותר והחכמה ביותר בעולם. מה שמדאיג אותי הוא, שרבים מהם מעדיפים לדבר עם הכלבים שלהם מאשר עם הידידים שלהם.

ברנהיים, שמחזיק בכלב לאבראדור גדול ושחור בשם קילם (הרוגותם), הזמין אותי יום אחד לצהריים כדי לשמוע איך עברו עלי ששת החודשים האחרונים.

ברגע שנכנסתי לטרקלין, קילם קפץ עלי והרטיב בריר שלו את מעיל הספורט שלי.

"ארצה, קילם", אמר ברנהיים. "תן לדוד ארטי הזדמנות להתרגל לסביבה".

"אני לא הדוד שלו. אני לא מחבב אותו", אמרתי.

"זה לא הוא, זאת היא. קילם, ספרי לאבא איזה יום עבר עליך", אמר ברנהיים כשהוא מתעלם ממני לחלוטין.

נכנסתי לחדר המגורים וקילם אחרי, מרחרחת את גרבי.

ברנהיים סתר את פרוותה של קילם. "את אוהבת לרחרח קרסולים, האין?"

"אני אוהב שמרחרחים את הקרסולים שלי", אמרתי בתקווה לשמור על יחסים טובים עם ברנהיים. אבל הוא אמר לכלבה, "אחרי שדוד ארטי ילך, נעשה שמח".

"קילם תישאר איתנו כל היום?" שאלתי.

"מובן שלא. אני אוציא אותה. מותק, תוציאי את הכלבה הארורה מיד", הוא צרח לעבר אשתו.

"מי רוצה אותה בחוץ? כן, הייתי צריכה לדעת. אתה שנאת את כל הכלבים שהיו לנו עד היום", היא אמרה לי.

"היתה לי סיבה טובה", עניתי.

"קילם", אמר ברנהיים, "את לא נמצאת בין ידידים. זהירות".

קילם טיפסה עלי, בעודי יושב בכורסה, ותפסה אותי בכתפיי.

"ילדה טובה", אמר ברנהיים. "עכשיו תני לדוד ארטי נשיקה גדולה".

"מישהו פה בכלל מדבר לפעמים גם עם בני אדם?" רציתי לדעת.

– "למה אתה שואל?"

– "רוב ההערות שלכם היו מופנות לכלבה. לא איכפת לי שהיא תשתתף בשיחה, אבל היא חייבת להשתלט עליה?"

– "תיזהר במה שאתה אומר. קילם מאוד רגישה. אפשר להיווכח בזה לפי האופן שהיא תוקעת את הלשון שלה באוזן שלך".

"אפשר לדבר על הכורסה?" שאלתי.

– "כמובן, ברגע שהיא תפסיק ללעוס את השטיח".

"תראו, אם אני מפריע, אני יכול ללכת", אמרתי.

– "אל תלך. אתה לא מפריע".

אשתו של ברנהיים הודיעה שארוחת הצהריים מוכנה. קמתי ממקומי.

"בואי, קילם, מגישים צהריים". אחר־כך אמר לי ברנהיים, "לא תתנגד שהיא תאכל אתנו?"

"התנגדות?" צחקתי. "למה שמישהו יתנגד לאכול בחברת כלבה?"

קילם עשתה סיבוב מסביב לשולחן בנסיון להחליט היכן תניח את ראשה.

"מה חדש?" שאל ברנהיים.

"שום דבר מיוחד", אמרתי. "נתקלתי במקרה בג'ימי הופה באחד הימים האחרונים והוא רוצה להסגיר את עצמו".

– "רגע אחד. קילם, אם את רוצה לאכול משהו, תבקשי. מרג'ורי, תני לה משהו ללעוס".

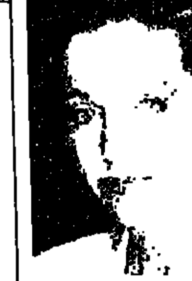
"איפה היא?" שאלה מרג'ורי.

"מתחת לשולחן", אמרתי. "מלקקת את כתובת הקעקע שלי". ■

מה שכדאי

יולי 1987

המדור של רותי ברק



קוראת יקרה,

מדור זה בסימן הקיץ. רבות נשאלתי כיצד ניתן להתגבר על תופעת האקלים החם ובה בעת להשאר יפה רעננה ומטופחת.

בסדרת מוצרי האיפור של בוטיצ'לי תמצאו תשובה לכך. מוצרי האיפור של בוטיצ'לי מיוצרים לפי פורמולה המותאמת במיוחד לאקלים הארץ. על-כך אדבר ביתר הרחבה בהמשך.

סדרת מוצרי האיפור של "רובי", אף הם לפי מתכונת המותאמת לימי הקיץ החמים, תקל עליך את מלאכת האיפור.

ועוד במדור: בשמים רעננים ליום ולערב מחברת פרינס מטצ'אבלי, המייצרת בשמים למשפחת המלוכה האנגלית, המופקים מעשבי פרא ותמציות אקזוטיות מן המזרח.

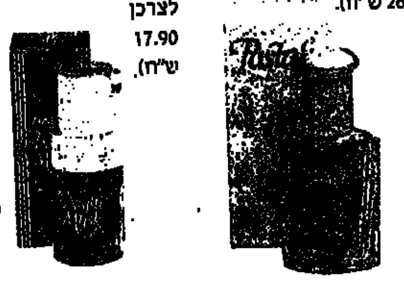
שלך, רותי

חדש בישראל - בשמים של PRINCE MATCHABELLI

בקיץ מרבים במיוחד להשתמש בבושם. רצוי לבחור בושם בעל ריח רענן ליום, ובושם חושני מעט לערב. חברת מטצ'אבלי, מקבוצת פונד'ס (POND'S) - כן, זו המייצרת את סידרת הקרם לפנים הנושאת את שמה ואת תחליב הגוף ואזליין אינטנסיב קר - משווקת מעתה בישראל בשמים חדשים. את מוזמנת לנסותם בפרפומריות.

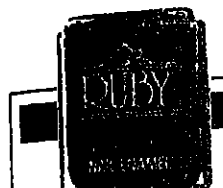
לקיץ - פסטל - PASTAL - בושם בעל ריח ספורטיבי ויומיומי. מעט חריף, מדיף ריח פרדסים ועשבי פרא בשילוב תמציות אקזוטיות מן המזרח. לנערות ולצעירות ברוחן. (תרסיס או דה טואלט 30 ML - מחירו לצרכן 26 ש"ח).

AVIANCE NIGHT MUSK בושם ערב בעל ריח מסתורי וחושני מדיף ריח תבליני המזרח ותמציות המושק - MUSK - אלו תמציות שומניות שריחן נשאר לאורך זמן. (תרסיס או דה טואלט 25 ML - מחירו לצרכן 17.90 ש"ח).



את הבשמים הנ"ל ניתן להשיג בחנויות התמרוקים המובחרות וברשתות השיווק.

הכירי את סידרת האיפור RUBY של "דנשר"



תנאי ראשון לאיפור נכון ומוצלח במיוחד בימי הקיץ החמים - פנים נקיות. הקפידי לנקות את פניך לפני שאת ניגשת למלאכת האיפור. פנים נקיות הן ערובה לאיפור מוצלח. בסידרת RUBY יצרו עבורך שפתונים, צלליות, לק ומחזק ציפורניים.

שפתון RUBY - מותאם לאקלים ארצנו. מיוצר מחומר קשה (מתאים לקיץ) בעל ברק מיוחד וקשת רחבה ביותר של גוונים. 4.90 ש"ח.

צללית RUBY - אריזת צלליות זוגית במגוון רחב של צבעים אופנתיים. 6.90 ש"ח.

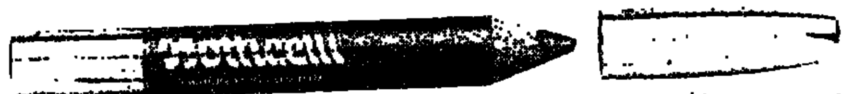
לק RUBY - סדרת הלק של רובי מביאה את צבעי האופנה לציפורניים - צבעי אדמה, קו הורוד וקו גווני האדום. הלק בעל ברק מיוחד עמיד בפני דטרגנטים ולכן נשמר לאורך זמן. 4.90 ש"ח.

מחזק הציפורניים RUBY - ברובי חשבו גם על יופייך וגם על בריאותך. מחזק הציפורניים הוא לק שקוף לציפורניים הנמרח על הציפורן ומכיל חומר הגורם לחיזוק הציפורן. 4.90 ש"ח.

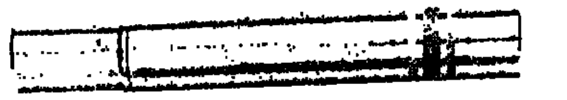
... ועוד על פלייר - סידרת טיפוח עם מזון מלכות

תגובות רבות קיבלתי על המדור הקודם בו הוצגה סידרת הטיפוח פלייר המכילה מזון מלכות. לדאבוני אין באפשרותי לענות על כל מכתב בנפרד ולכן אחזור על תמצית הדברים. מזון המלכות הוא החומר המיוחד להזנת מלכות הכוורת, המיוצר על ידי הדבורים עצמן בטכניקה שלא פוענחה על ידי אדם מעולם. מזון המלכות מכיל את כל אבות המזון, חומרי היסוד והויטמינים החשובים, כן הוא מכיל חלבונים וחומרי יסוד לבניית החלבון. יש בו שומנים מיוחדים, ברזל, אשלגן וסידן. התרכובת הזו חיונית לעור, מטפחת אותו מעניקה לו לחות ועוזרת למניעת קמטים. את מוצרי פלייר ניתן להשיג בבתי המרקחת, ברשתות השיווק "שופרסל" וכן בחנויות התמרוקים.

בוטיצ'לי - חידוש עולמי בשטח האיפור



עפרונות **בוטיצ'לי** הינם הלהיט האחרון בתחום האיפור. קווי הייצור של עפרונות האיפור, על שלל צבעיהם, משתנים משנה לשנה בהתאם לצו האופנה המוכתב מ-2 מרכזי האופנה החשובים: פריז ומילאנו. העפרונות מיוצרים לפי פורמולה המותאמת במיוחד לאקלים הארץ כאשר הדרישה מוכתבת על ידי הכימאי הראשי של חברת "דנשר".



FANTAISIE (פנטזיה) - פנטזיה הינו עיפרון צללית בשלושה גוונים. עפרון הצלליות נחשב לצעקה האחרונה בשוק האיפור הבינלאומי. הצלחתו העולמית של עיפרון הצלליות נובעת מכך שנערות ונשים יכולות לעצב בעזרתו צללית מדוייקת בשלושה גוונים אופנתיים, ללא כל צורך בידע מוקדם באיפור. בתום השימוש מחזירים את המכסה לעיפרון ומניחים בארנק ללא כל חשש להתפזרות האבקה, התייבשותה או שבירתה. עיפרון הצלליות מוצע בשלושה הרכבי צבעים. בגוונים אופנתיים ובאריזת מתכת בצבע זהב. בקצה העיפרון שלושה פסים המתארים את צבעי הגוונים של העיפרון. מחיר לצרכן 12.08 ש"ח.

KOHL KAJAL (קז'אל) - עיפרון איפור דק ליצירת פס עיניים, ניתן לחתאפר בו גם בתוך העין כיוון שאינו מכיל אלכוהול ולא גורם לגירויים. מחיר לצרכן - 3.23 ש"ח.

LIP CONTOUR (קונטור) - עיפרון תוחם שפתיים בעל גווני צבע מיוחדים להצרת השפתיים או להדגשתן. מחיר לצרכן 4.10 ש"ח.

מסקרה - כחול מהמם, שחור עמוק, סגול חושני. עם פטנט מיוחד לויסות החומר על המברשת ומניעת לכלוך בזמן האיפור.

מחדד מיוחד - המתאים לכל סוגי העפרונות (דקים ועבים) מחירו לצרכן 4.50 ש"ח.

את כל מוצרי בוטיצ'לי ניתן להשיג בחנויות התמרוקים רשתות שיווק משביר לצרכן, רשת הסופרפארם, כל בו שלום ושקם.

בואי נדבר גלויות

מגן תחתון קוטקס בְּרִוָּוחָה

שרית זוגייר משכ' תקוה מציינת במכתבה את ברווחה כמגן תחתון נוח, טוב והגייני. את זה כולנו יודעות. אולם שרית במכתבה הנחמד, מציינת עוד יתרון של ברווחה:

ברווית אינו גורם לגידויים ולגירודים!

שרית, אני מודה לך על מכתבך.

לידיעתכן, עכשיו קוטקס ברווחה במבצע ענק. כל מי שקונה 3 אריזות של מגן תחתון קוטקס ברווחה מקבלת - חינם - תחליב גוף ואזליין אינטנסיב קר, ששוויו 6.70 ש"ח.

(מודעה)

מען למכתבים: רותי ברק, ת.ד. 3575, פ"ת.

קורים דברים

שלום לידיד

רונלד הריסון, סגנו של השגריר האמריקני בישראל, תומס פיקרינג, נפרד מארצנו לאחר שהות של שנה וחצי. הריסון הספיק לרכוש לעצמו ידידים רבים, ביניהם המזרחן **צבי אל-פלג** ואשתו **מיכל סנונית**, שאירחו אותו ועוד רבים אחרים במסיבת פרידה אינטימית בביתם. הריסון קודם בתפקידו ויתמנה לעוזר אישי של שר החוץ האמריקאי **ג'ורג' שולץ**. בין האורחים נכחו עובדי השגרירות האמריקאית, עיתונאים וחברים אישיים של הריסון. שר החוץ **שמעון פרס** התפנה מכל עיסוקיו ובא לברך את הריסון ואת אשתו ואיחל הצלחה בתפקיד החדש. ■

זהר אהליאב

היה היו שני חברים .

"**מ**עשה ישן", סיפור מאת הסופר ההונגרי ג'ורג' מולדובה, ראה אור ב"חותם" ומוסף שבת של "על המשמר") האחרון, בתרגומו של **אלי נצר**, המשורר וחבר קבוץ דליה. כך קיבלה מימד חדש חברות, שהתחילה לפני 40 שנה במעון לילדים יהודים בבודפשט של סוף מלחמת העולם ה־2.

מולדובה (53), הנחשב עכשיו לסופר הפופולרי ביותר בהונגריה, (6 מיליון עותקים מספריו נקנו עד היום; יצירותיו מתורגמות לתריסר שפות – לעברית עדיין לא...), סיים בימים אלה ביקור של חודש בישראל, יחד עם רעייתו ושתי בנותיהם הקטנות. שני סופי שבוע הם בילו בקיבוץ דליה, אצל אלי נצר.

אומר נצר: "הידידות בינינו התחילה בתחרויות כתיבת חומר לקבלת־שבת במעון היהודי. אחר כך היינו יחד ב'שומר הצעיר'. אני עליתי ארצה, מולדובה בחר להישאר שם. לשתי בנותיו הבטחתי: אם תחליטו אי פעם לעלות לישראל – ראו את עצמכן כחברות קיבוץ דליה".

בימים אלה מסריט צוות טלוויזיה קנדי בגיטו בבודפשט סרט, שנכתב לפי אחד מספריו של מולדובה, המרבה לעסוק בנקודה היהודית. ■

ליאורה עיני

דינה מצפה למיזוג

מפגש קצר בין **שולה חן**, בדרך לחגיגות הזמר העברי בערד, ודינה גולן – בחזרות אינטנסיביות לקראת "עלובי החיים". לדינה

פרידה מידיד אמריקני. מימין: רונלד הריסון, צבי אלפלג, הגברת הריסון ושמעון פרס צילום: נאוה שמש

המזמלאה במחזה תפקיד זונה זקנה ושמנה – חם כל הזמן. מאחר שהתפקיד דורש זאת, לובשת דינה שכבות בגדים רבות בעת החזרות. מה לא עושים למען התפקיד. נחמה פורתא: עוד מעט תתחלנה ההצגות באולם הממוזג ואז יהיו לדינה חיים קלים יותר.

בלהה דבורי

דינה גולן מצפה למיזוג. שולה חן שמחת לידה. צילום: בלהה דבורי.

מזל סרטן

ערב במזל "סרטן", שנערך השבוע ב"קומקום" בתל־אביב ושודר בשידור חי בקול ישראל בהנחיית מנחם פרי ובהשתתפות האסטרולוג אילן פקר, היה באווירה של מפגש כוכבי צמרת של הזמר בארץ. על מזל סרטן נמנים **נעמי שמר** ובעלה **מרדכי הורוביץ, אהוד מנור, שייקה פייקוב, דוד קריבושה, יאיר קלינגר, משה טימור, שלומית אהרון, ריקי גל, פולי מהגששים, ח"כ שבח וייס** והכדורסלן **דורון ג'מצ'י**.

אילן פקר הגדיר את הסרטנים כרגשניים, מופנמים, יוצרים ואספנים. משה טימור סיפר שהוא מחזיק בחצר ביתו אופנוע ישן מאוד, שקשה לו להיפרד ממנו. שבח וייס הודה שיש לו יחס אוהד לעבר וחלומו הוא להיות

שגריר ישראל בפולין. פקר טוען, שסרטנים מתחתנים טוב עם קשתים וכראיה הוא מביא את שלומית אהרון ובעלה יובל דור. נעמי שמר גילתה שהיא ובעלה הם ילידי אותו יום ואותו חודש וזה גם הולך טוב. כשאפי נצר הוזמן לשיר הוא גרר לבמה סוללה מכובדת של אמנים, וכך קמה מקהלת זמר מאולתרת, שכללה את **אריק סיני, שייקה פייקוב, יאיר קלינגר**, ודוד קריבושה על הפסנתר. ■

זהר אהליאב

מארגנת, מפגישה ומבשלת

לאנשי המושבה הדיפלומטית בז'נווה יש חיים קשים. הם מוזמנים להשתתף באין סוף ארועים, לפעמים עד 7 ביום, ביחוד בתקופת הועידות הגדולות באו"ם, כאשר מגיעים נשיאים, ראשי ממשלות ושרים. חלק מהדיפלומטים הבכירים עושים פשרה ושולחים דיפלומטים זוטרים, אולם הם לא פוסחים על קבלות הפנים שעורכת **מרים אליאב**, רעייתו של שגרירנו באו"ם **פנחס אליאב**.

מרים, ילידת הונגריה, שעלתה לישראל ב־1949, מבשלת

מטעמים הונגריים. השטרודלים שלה והכרוב הממולא ידועים בקרב הדיפלומטים והקהילה היהודית. לפני בואם לז'נווה היתה מרים במשך 8 שנים מנהלת יחסי הציבור וקשרי החוץ של המכון הביוטכנולוגי בתל־אביב והמכון מכשיר כוח אדם להפעלת המיכשור המתוחכם במוסדות רפואיים). את שהייתה בז'נווה היא מנצלת להמשך עבודתה כנציגה בינלאומית של המכון, והיא מתכננת מז'נווה ארועים לנציגים בניו־יורק ובטורונטו. היא מנצלת את ז'נווה גם להפגשת מדענים ישראלים העובדים בעיר עם עמיתים בכל רחבי אירופה. היא גם החלה בארגון חוג ידידים למכון באנגליה.

עתה נמצאת מרים אליאב בארץ, לטקס פתיחת בית ברנרד בלומפילד, במסגרת המכון הביוטכנולוגי. ■

שרי רובר
ז'נווה

ראש העיר והשאמפניה

במסיבת־הגן שערך קונסול צרפת בחיפה, **רובר לאון**, לרגל ה־14 ביולי, חגה הלאומי של צרפת, נראה **אריה גוראל**, ראש עיריית חיפה, ובידו גביע שאמפניה מיותם. מישהו סקרן לדעת מה עושה ראש עיר לאחר שני גביעי שאמפניה, הרים עימו עוד "לחיים" ועוד אחד, ועוד אחד עם הקונסול. גוראל, שעמד גם לנסוע למסיבת־הגן אצל שגריר צרפת ביפו, נתגלה פתאום כמי שיודע גם לספר בדיחות מפולפלות בצרפתית עסיסית. בדיחות שאי אפשר לחזור עליהן כאן. בגלל התרגום, כמובן. "אחר כך יכתבו", חייך גוראל, "שאחרי שני גביעי שאמפניה אני ראש עיר גם. נו, טוב, עתונאים וראשי־עיר הם רק בני־אדם. ולפעמים אפילו לא זה..." ■

אריה יאס

"מפנים ויוצרים". מימין לשמאל: נעמי שמר, דורון ג'מצ'י ומרדכי הורוביץ.

בעקבות הזמן הצהוב

עם סיום ההוראה של פרופסור אמנון כספי מאוניברסיטת בר־אילן, העוסק בתחום כוח־אדם ויחסי עבודה, החליף הפרופסור את קתדרת ההוראה בספסל הלימודים. בימים אלה ניתן לפגשו בכפר הנוער "הדסים". במיפגש מונחה של מורים ערביים ויהודים אותו יזמה התנועה ליהדות מתקדמת.

אמנון כספי: לפגוש ערבים בצורה מכוונת. צילום: בלהה דבורי.

פרופ' כספי: "אני בעצמי דו־קיום. הסתבר לי, כי אין לי כל מגע עם הערבים. אני מכיר אותם היכרות פורמלית בלבד, חלקם תלמידי, אך מעולם לא הזדמן לי להכירם באופן אישי־ממשי. אם יבוא אלי אורח מחו"ל אוכל לסייר איתו במוזיאון ובאוניברסיטאות, לא היה לי אף לא בית ערבי אחד להיכנס אליו, עד שהחלטתי להשתתף במיפגש המורים ולפגוש ערבים סביב שולחן אחד". הוא מודה כי ה"טריגר" האמיתי היה "הזמן הצהוב" של דוד גרוסמן. בעקבות אותו ה"זמן" חשב, כי מיפגש אישי עם ערבי זה דבר שאם לא עושים אותו בצורה מכוונת אין הוא עשוי לקרות מעצמו. ■

בלהה דבורי

רקדנים יתומים לאלוהים

במופע הסיום של בוגרי האקדמיה למוסיקה ולמחול, שנערך באולם רבקה קראון בתיאטרון ירושלים, רוותה מנהלת האקדמיה, **חסיה לוי**, רוב נחת לא רק מאיכות המופע, אלא גם מן העובדה שהאולם המלא מפה לפה, כלל גם תינוקות בעריסתם. משפחות הרקדנים וידידיהם התייצבו לדגל בהרכב מלא. לבייבי־סיטרים לא היתה אצלם עבודה אותו ערב. בקהל הרב נכחו גם הכוריאוגרף **משה אפרתי**, הרקדנים **אביטל חן ועופר רום** מלהקת "קול ודממה", הכוריאוגרפית **תמרה מיאלניק, נילי כוהן**, מנהלת אגף המחול במשרד החינוך **ואלידע גרא** מ"אמנות לעם". "זה לא חכמה שפה יש קהל וב'גוונים למחול' לא היה. כאן כולם משפחה", העיר מישהו ונענה מיד: "והרקדנים ב'גוונים למחול', אין להם משפחה? הם יתומים או מה?" ■

אריה יאס

קטנים

עדיין לא חלפו שבועיים מיום פתירת קפה "גן הבית" בחצר בית ציוני אמריקה וכבר ניצבים שם בתור, ליד הפתח, כדי לזכות בשולחן. בערב הפתיחה עמדו שם. אחד מהעומדים היה ח"כ **עדי אמוראי**. האווירה במקום פסטורלית. הצמחיה טרופית העיצוב אלגנטי. גם הקהל. ★★★

עליזה ימין, אחותה של של שרת הבריאות שושנה **ארבלי־אלמוזלינו**, החליטה ללכת בעקבות אחותה, הצטרפה לקורס הייחודי להחזרת נשים למעגל העבודה בשלוחת המכללה למינהל בגבעתיים. עכשיו, בסיימה אותו במסגרת המחזור הראשון, היא מקווה לתרום למדינה במקצועה. מזכירה בכירה. ★★★

במסיבה לכבוד ה־14 ביולי בביתו של השגריר הצרפתי **אלן פיירה**, משכו רק שתיים מהנשים תשומת לב: **לאה רבין ולולה בר**, שתיהן בשמלות קוקטייל אלגנטיות בצבע אוף ווייט שתאמו את האירוע. ★★★

הדוגמנית **חני פרי** נמצאת בהריון בחודש הראשון. ★★★

הדוגמנית **יהודית ארדיטי** מנהלת רומאן סולידי ורציני עם איש המשקולות ממנהלי "מכון דיל" **איציק שמוליבץ**. ארדיטי נמנעת מבילויים במוקדים הרגילים ומעדיפה לאחרונה בילויים שקטים בחברת אהובה. ★★★

הבדרן **דודו טופז** מאוהב. הזוכה המאושרת היא סטודנטית בת 22 שבשלב זה נמנעת מלגלות פרטים נוספים על הרומאן הכי סודי בעיר. מקורבים לטופז טוענים, שהקשר רציני וטופז חושב על עתיד משותף. ★★★

אריק פתילון, החתיך היווני ששבר הרבה לבבות, משנה סטטוס אישי. בסוף חודש אוגוסט הוא ישא לאשה את **שירה רוטשטיין**, יפהפיה מדהימה בת 18. השניים הכירו לפני כחודש. ★★★

נשיאת אורט קנדה **האריית מורטון** נמצאת בארץ בביקור משולב של עבודה וחופשה. מורטון, המסיימת את הקדנציה שלה בשנה הבאה, עסוקה בימים אלה בארגון הכנס העולמי של אורט בישראל. בשעותיה הפרטיות היא מתארחת אצל האמנית **רחל גרא**. ★★★

הצייר האמריקאי הנודע **ג'וזף שמון** שכר סטודיו גדול ביפו לצורך עבודתו. שמון, בן למשפחת בנקאים עשירה עם סניפים ברחבי העולם, לא חזק ביחסי ציבור. זאת אולי הסיבה, שאנשי החברה התל־אביבית עדיין לא התלבשו עליו. ★★★

אלה יפת, גרושתו של הבנקאי **ארנסט יפת**, מקיימת בביתה מפגשים שבועיים לחוזרים בתשובה. ★★★

השחקנית היפה **ענת צחור** וחברה לחיים, המנתח **ראובן נוק**, החליטו על מגורים משותפים ושכרו דירת 4 חדרים. כשהתעוררה בעיה בהעברת החפצים התנדבו שחקני הסרט "מקום ליד הים" לעזור בהעברות. השבוע, לאחר סיומי ההסרטה, התפנתה ענת לקניית מתנות לכל אנשי הצוות שעזרו בהעברה. ★★★

הדוגמנית **שני הבלר** וחברה הדוגמן **ראובן שביט** עומדים להינשא בחודש ספטמבר. את חודש אוגוסט יבלו השניים בברזיל, ארץ מולדתו של ראובן. ★★★

חגיגה בסיום קורס לריקודי בטן. הראשון מסוגו בירושלים. 60 נשים, עקרות בית לצד מרצות באוניברסיטה. באולם של מועצת פועלי ירושלים. צילום: סקופ 80

איקה זוהר, השחקן בתפקיד הנכה ב"לא שם זין", העניק חסות לערב מר־גש, שבו הוענק כסא גלגלים ממונע, תוצרת כחול־לבן, לדיוה נעים. בתצלום: יום־טוב (יומי) עיני, מנכ"ל חברת אלפא (מימין), דיוה נעים ואיקה זוהר. זהר אהליאב

ערב ניסה לצה"ל ערכו ההורים יעל וחיים שוהם מסיבת יום הולדת ליערה בת ה־18. היה שמח בחצר הבית. היו אנשי רשות שמורות הטבע, יעל היא הדוברת שלהם. היה גם הצייר אורי ליפשיץ, אחיה של יעל. והיו גם שירים. צילום: נאווה שמש.

קארין

ושערך קורן

שיערך אוהב את **קארין** – תכשירי השיער הטובים בעולם.
הם מעניקים לשיערך בריאות ויופי, את זאת רואים מיד.
גם לך מגיע שיער בריא וקורן, שאלי את הספר שלך, הוא מבין בשיער וביחוד בשיערך. הוא יתאים לך את ה־**קארין** שלך, כי **קארין** – הם מוצרים שהמקצוענים מעדיפים.
את מוצרי **קארין** המיוצרים במעבדות מתקדמות בבלגיה ניתן להשיג במספרות המובחרות.

יבואנים בישראל: "נשיונל מור"

קארין מציגה את מסיכת השיער "ביו־פרוטאין" החודרת לשיער פרוטאין שאבד עקב סלסול, טפול צבע ופגעי מזג אוויר.
המסיכה מורכבת מתמצית פרוטאין של 14 (!) צמחי מרפא ללא שומן בהתאם למחקרי ד"ר פאולינג חתן פרס נובל לכימיה אשר גילה כי 97% מן השיער מורכב מפרוטאין.

תכשירים יחודיים למניעת נשירת השיער, טיפול ראשוני באמפולות ושמפו "קפיל פלצנטה" (עם הורמון ויטמין B) וטיפול משלים בלעדי ל **קארין** באמפולות ושמפו "ג'ינסנג".
3 חודשים והשיער בריא וקורן.

חשיפה!

עוד סידרת גילויים על מוצרי "רוגר". והפעם – ה"פיקולינים", פטנטים אחד־אחד:

● סידרת מפיגי־הריחות ● מברשת נובעת ● משפך לאבקת־כביסה

תקציר הפרק הראשון

בפרק הקודם בסידרה חשפנו את ה"אשפתרון", המיתקן הפשוט שמוציא לך את הזבל מהחיים, בשקית ניילון וחתומה; ואת תבניות־האפיה מאלו־מיניום מצופה טפלון, השילוב החדיש ביותר, מתוצרת "קלסיק" של ווילקנסון הבריטית ודו־פו־נט הצרפתית, עם 5 שנים אחריות! (פרטים נוספים על המוצרים הנ"ל, ניתן לקבל טלפונית).

מיגוון המוצרים הראשון השבוע נועד לפתור בעיות היגייניות־אסתטיות. בעיות של ריח. בדרך כלל, על טעם וריח, אין להתווכח. אולם ישנם ריחותשלגביהם קיימת הסכמה כללית, ללא ויכוח, אלה הם הריחות הרעים: זיעה, עובש, שאריות מזון, עשן סיגריות.
סידרת מפיגי הריחות של "רוגר", ממשפחת ה"פיקולינים", נועדה לתקוף את הבעייה במקום בו היא מופיעה. המחיר הוא אחיד – אולם כל מפיג־ריח ואיזור היעד שלו.
מפיג־ריח דמוי קולב קטן, נועד לארון הבגדים. מפיג דמוי תפוח, נועד למקרר. למדיח הכלים עוצב מפיג דמויי־לימון, המשתק את ריח שאריות האוכל, המצטברות לפעמים בתחתית המיכל. לרכב, מפיג ריחות דמוי הגה, לתלייה על המראה. אורך חייהם האפקטיווי של מפיגי הריחות, מגיע לשלושה חודשים ויותר!
והחידוש האחרון: מפיגי ריחות לנעליים. אתה מניח את מפיגי הריחות דמויי כף־הרגל בתוך הנעליים למשך הלילה, ובבוקר אתה מוצא אותן פולטות ניחוח נעים של מנטה או אקליפטוס.
בהקשר להיגיינה וניקיון, אנו רוצים להציג השבוע גם את "המברשת הנובעת". מברשת קשיחת־זיפים, שהידית הקצרה שלה היא מיכל קטן לחומר ניקוי. לחיצה קלה על זיפי המברשת, ונוזל הניקוי פורץ ומפרק את כל מה שנדבק לסירים, למחבתות ולצלחות. הרעיון הוא כה פשוט ומלהיב, עד שאפילו הילדים בבית שמחים לקרצף את הסירים, כשעשוע.
ולסיום – אביזר קטן, שתועלתו גדולה: משפך לאבקת כביסה ואבקת מדיח כלים. לא עוד קופסאות קרועות במשיכה. לא עוד רטיבות הנוצרת מהאבקה גושים. משפך קטן, במחיר הגיוני, נתקע בדופן הקופסה, והאבקה נשפכת דרכו בזרם עקבי ואחיד.

עד כאן גילויי השבוע. בפרק הבא: המיכסגר מגיע! המיכְסֶגֶר מגיע!

שד' בן־גוריון 55 תל־אביב, טל: 03-238237

נפש בריאה – בגוף בריא ויפה

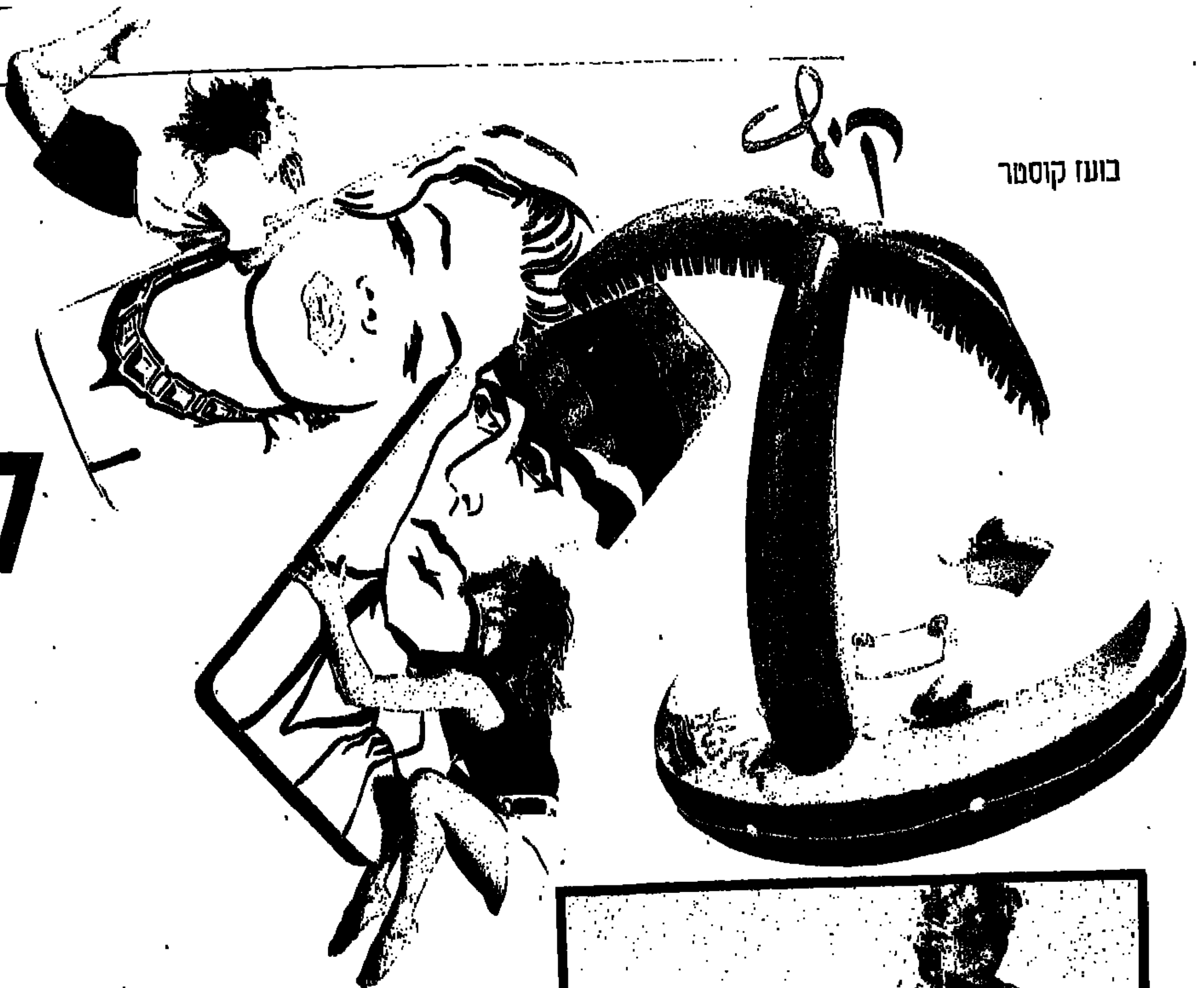
מכון "יופי עד לטבע" אינו שוקט על שמריו אפילו רגע אחד. לאחר שביסס את המוניטין שלו, כמרכז לטיפולי יופי, על בסיס חומרים צמחיים ושמנים אתריים – הוא מציג עתה שיטה מהפכנית להשמטת קמטים ושברי־עור בפנים. שיטה המאחדת את כל התכונות החיוביות של השיטות המוכרות.

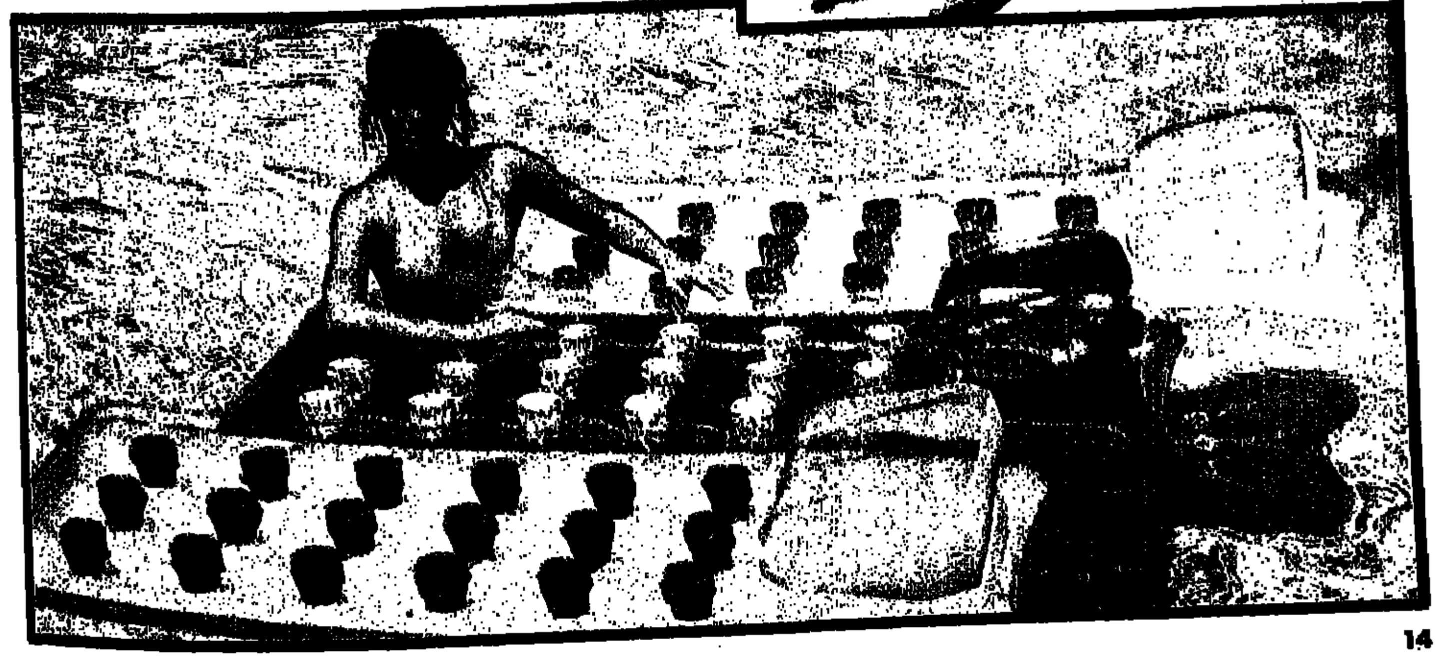
האמת היא שארנה גלעדי, בעלת מכון "יופי עד לטבע", אינה זקוקה לפירסומת, משום שהמכון שלה הפך זה כבר ליותר מסתם עוד־ מכון־יופי.
"יופי עד לטבע" הוא כיום מרכז בריאותי, שנשים וגברים (כן, גם גברים), מגיעים אליו לא רק כדי לקבל טיפול ספציפי, אלא גם כדי להעביר כמה שעות באווירה נעימה.
הסיבה לכך ששורות אלו בכל זאת נכתבות, היא משום שהחידושים ב"יופי עד לטבע" הם כה תכופים, עד כי אינם מספיקים לעבור מפה לאוזן על־ידי חוג הלקוחות הנאמן של המקום. חוג זה הוא המודעה הטובה ביותר של אורנה גלעדי.
כמו שאומר חוק הברזל של עולם הפירסום: אין מודעה טובה יותר מלקוח מרוצה.
מים רבים זרמו בהאדסון, מאז סיימה ארנה את לימודי הדיאטטיקה בקולג' בניו־יורק, ופתחה את בית היופי שלה, לא רחוק מגדות הירקון בתל־אביב. המכון המורחב, ברחוב יהודה המכבי 39 בתל־אביב, הוא דוגמא חיה להגיגה של אסטטיקה ויופי. אור רך נוגה בחדרים, עציצים בכל פינה, חדרי טיפולים המשרים מרגוע, וגם ג'קוזי טובל בצמחיה טרופית.
"יופי עד לטבע" מציע ללקוחותיו סידרה של טיפולים: קוסמטיקה, פדיקור, מניקור, עיצוב שיער, הסרת שיער ומסז'ים. העיסוי נתון כולו בידיו המיומנות, המאומנות של אדם שומר.
עתה מציע "יופי עד לטבע" טיפול חדשני להשמטת קמטים בפנים, בצוואר ובידיים, שניתן במכון על־ידי האיש שהמציא את השיטה, וזכה להצלחה רבה בארץ מוצאו, ברזיל. חיים (חיימי) רויטנברג, הגיע ארצה עם יחידת הטיפול שלו, המנצלת את כל התכונות הטובות של האוקופונקטורה, הדו־יו, השיאסטו, המסכות הכימוגראפיות ועוד, ומחוללת תוצאות מדהימות.
במילים אחרות: הטיפול, הנקרא על־ידי ממציאו "מוסקולציה פציאל", בנוי על החזרת שרירים מנוונים לפעולה, על ידי מגע באלקטרודות זעירות, שאינן מעוררות כל תחושה של כאב. הלקוחות הראשונים שעברו תחת ידיו של היימי, התרגשו ונפעמו כאשר עמדו מול המראה, ומול התוצאות המרשימות. ומרוב התרגשות, כמעט שכחנו לדווח על חידוש נוסף ב"יופי עד לטבע". חוג מנויים של מכון היופי, מציע עתה ללקוחות עוד יותר תמורה לכספם. משלמי דמי המנוי לשנה יהנו מהנחה משמעותית בטיפולים וברכישת תכשירים, יזכו לעדיפות בקביעת תור, ישמעו הרצאות בנושאי יופי וישתתפו בהגרלה שנתית של כרטיס טיסה לצרפת וביקור במפעלים הגדולים ליצור שמנים אתריים לטיפולי יופי.

יופי – עד לטבע רח' יהודה המכבי 39 ת"א, טל. 5463381, 03-5460586

אדם שומר מעניק עיסוי בג'קוזי של מכון "יופי עד לטבע".

בועז קוסטר





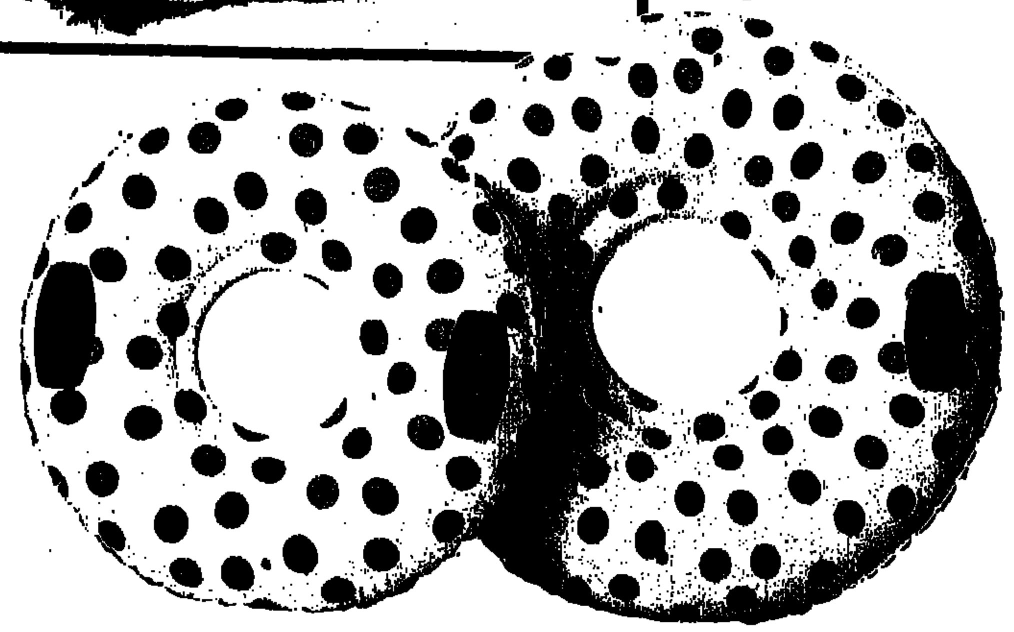
הכל צף

להיות על אי בודד היה עד עכשיו בגדר חלום או אגדה כמעט לכולנו. יצרני מזרני הים והבריכה תפסו טרמפ על החלום הזה והחלו הופכים אותו למציאות. בין האפשרויות החדשות כלול גם אי בקוטר של 190 ס"מ, מאובזר בדקל ובננה, ויש גם מקום לחברים. מזרנים אחרים עשויים להגשים חלומות שונים לגמרי. הללו נושאים את דיוקניהם של מרילין מונרו והמפרי בוגרט.

ובעוד המבוגרים שבינינו תופסים צל מתחת לדקל, או קורצים לגברת מונרו, ישתעשעו הילדים במזרני מים ענקיים של דרקון, ג'ירפה או זברה, עליהם יכולים לצוף יחדיו עד כשישה חברים. אם קשה להחליט בין ראשה או זנבה של החיה עוברים ומטפסים על בול עץ. מזרנים אחרים נראים כרפסודת פיראטים, ביצית עין או מושב בצורת שפתיים מלופסטקות באודם בוהק.

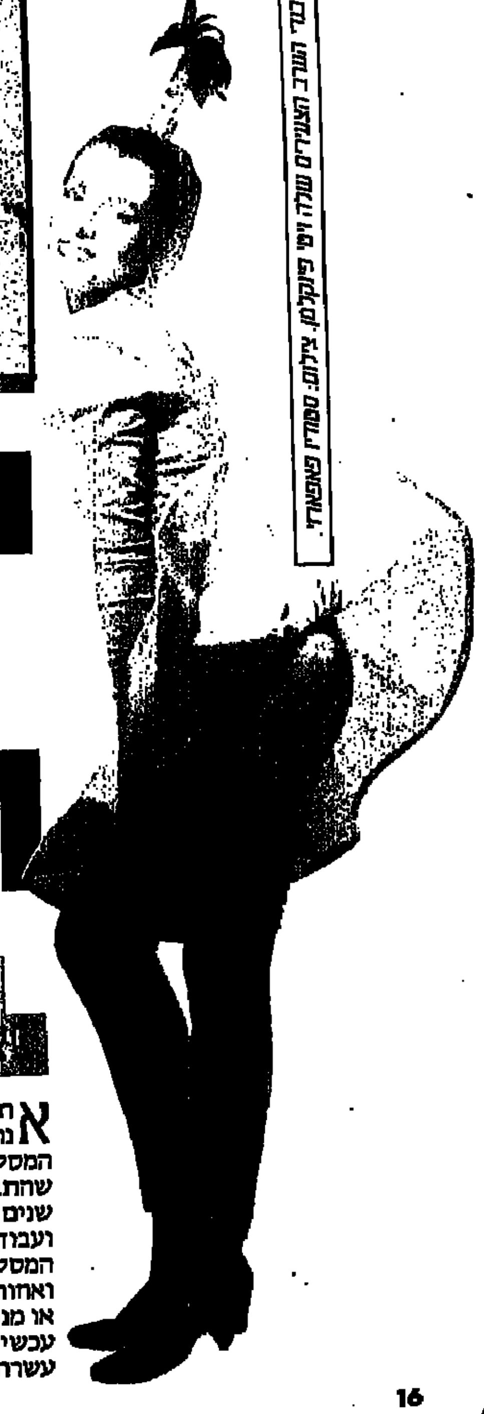
את העסקים האווריריים הללו מציעה חברת "ווהנקה" מגרמניה. צי מזרנים נוסף משייט ברחבי העולם ומוצאו מטייוואן. חברת "אינטקס" מתמקדת במזרנים מוכספים או מוזהבים, שאמורים ליצור "סערות" בימים ובבריכות. יוצריהם טוענים שצבעים מתכתיים אלו מבטיחים שקרני השמש יגיעו מכל הכיוונים. אותה חברה מייצרת גם מזרנים זוגיים, המכילים חורים ושקעים מיוחדים, שיחזיקו ביציבות כוסות קוקטיילים ופירות. יש להם גם בר צף למשקאות בלבד, ואפילו פתרון לאלו שרוצים להיות בו זמנית בתוך ומחוץ למים, לשם כך יצרו מזרן, המורכב מכרית מנופחת לראש, משטח ויניל שקוף המניח לגוף לשקוע קלות במים, ובקצה משענת לרגליים.

לעת עתה מצויים מזרני הכיף הללו מחוץ למים הטריטוריאלים של ישראל, ואולי פעם יחצו את הימים וינחתו בחופינו. ■



יהודית חנוך

...קצת הומור ... צבעים בשחור לבן. צילום: מירי דוידוביץ.



״יוצאים לבלות״. ... צילום: סמודים פאפארזי.

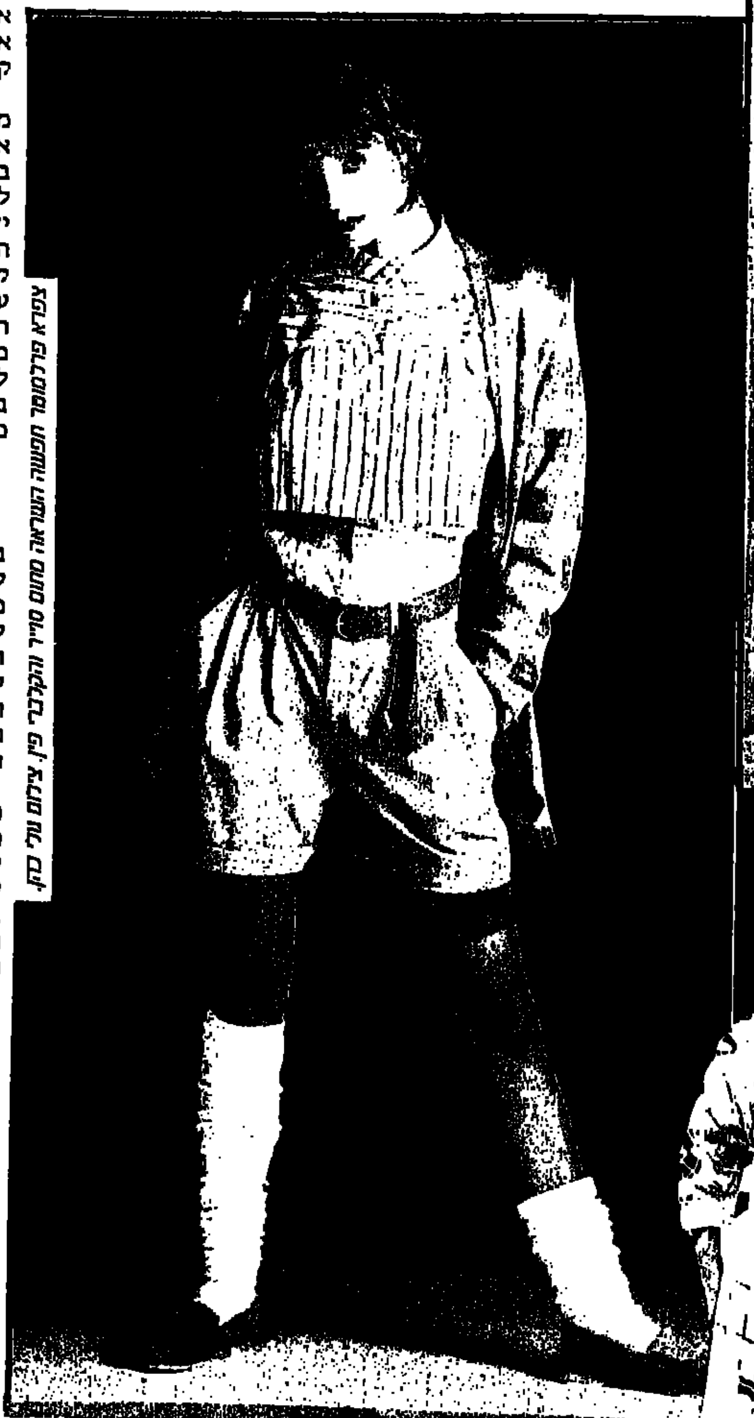
יוצאים מן החממה

[redacted]

אתמול הם גמרו את "שנקר", נתנו לכל אחד שלש דקות על המסלול, להציג חלום, את מה שהתבשל בראש שלהם ארבע שנים ארוכות של לימודים ועבודה. מוסיקה, דוגמניות על המסלול, חמישים צעדים קדימה ואחורה, מחיאות כפיים נלהבות או מנומסות – וזהו, החלום נגמר, עכשיו מתחילה המציאות. ארבע עשרה מעצבות אופנה חדשות, שהולכות לעשות את האופנה הישראלית יותר יפה. במחזור הזה אין בוגרים, רק בוגרות, היו כמה בנים בתחילת הלימודים, בדרך הם נשרו.

'87 זו כיתה טובה, אומר טרי קאבאנה, ראש המגמה לעיצוב אופנה, כמו שמדברים על שנת בציר טובה ביין. בכיתה הזו יש הרבה כשרונות בולטים, הם יעשו דברים משמעותיים באופנה המקומית. בשבילו זו לא רק חגיגת־סיום, גם מסיבת פרידה. טרי עוזב את ישראל, חוזר למולדתו, לאנגליה. חמש שנים ניהל את המגמה. התלמידים מדברים עליו בהערכה, למרות שהיה קפדן ותובעני, שמר על ריחוק בקרירות בריטית אופיינית. בארץ קלט את היוזמה הפרטית. הוא נוסע ללסטר שליד לונדון, יפתח שם מפעל לאביזרים.

בגדיים וחוף של הקיץ הבא בסגנון ספורט פעיל. עיצוב: דורית אסיר שמיינשלייפר. הדפס: יהודית פלדמן. צילום: סמודים פאפארזי.



עפרא פרלמוטר ... צילום: עדי כהן.

"שנקר" עכשיו מאוד מאוד "אן". הרבה צעירות וצעירים חולמים ללמוד שם עיצוב אופנה וטכסטיל. ממאה שישים וארבעה מועמדים התקבלו לעיצוב אופנה, אחרי בדיקות כניסה קפדניות, רק עשרים וארבעה תלמידים. למתחילים צפויות ארבע שנים של לימודים ועבודה בתעשייה, התמודדות ותחרות בלתי פוסקת על התואר של מי הכי טוב. התנאים בארץ קשים, בהשוואה לארצות אחרות. באנגליה ובארצות אחרות יש מילגות, המאפשרות לתלמידים לא רק ללמוד, אלא גם להתקיים. אצלנו אין דבר כזה. רצוי שיהיו אבא־אמא שמוכנים לממן, כי לא קל ללמוד וגם לעבוד.

גם אחרי שהם גומרים, לא מחכים להם עם זרים על המסלול. אין בעייה לבוגרים למצוא עבודה בתעשייה. ב"שנקר" הצליחו ליצור יחסים טובים עם יצרני־האופנה והטכסטיל. אחרי הקיצוצים האחרונים, הם אומרים, קשה היה להחזיק מעמד בלי עזרת התעשיינים. אבל המעצבים החדשים נשחקים ולפעמים גם מנוצלים, עד שהם לומדים לשרוד. יש גם כאלה שנושרים בדרך. לעצב אופנה זו עבודה מתישה, עם מעט מאוד זוהר.

עפרה חוה כמודל

בשנה האחרונה התאמנו בבגדים לטיפוסי־נשים שונות. כדוגמאות מהחיים לאשה עובדת זוהרת לקחו את דליה מזור. את עפרה חוה בחרו כמודל של בגדים לכוכבת ואודה חרצוג, רעיית הנשיא, היתה השראה לפרוייקט חליפות מחוייטות, שהנחה עודד פרוביזור.

בשבוע שעבר היו שם כולם, מהבוקר עד הערב. תלמידים ומורים. לבחינות הסופיות הם קוראים "קריט", הצגת הדגמים לביקורת. בשטח, זה נראה ונשמע בערך כמו בית־דין של המהפכה הצרפתית. קבוצה גדולה של תלמידים יושבת על תקן שבין צופים לחבר מושבעים, דוגמנית יוצאת למסלול של גליונות נייר לבנים, פרוסים על הרצפה. המורים, טליה, מוניקה וטרי מסתכלים, בודקים כל תפר, מעירים הערות: אולי תקצצי את השרוולים? הכריות האלה ממש לא במקום. לא, מתעקשת המעצבת בדרך, ככה בדיוק תכננתי את זה. מקהל הצופים נשמעות עצות. אולי תצפי אותם בבד שלא כל כך ייראו אותם? סוגרים על ציפוי לכריות, השרוולים נשארים. ממשיכים הלאה, לדגם הבא.

מי ומי על המסלול

היום תתקיים בחצר של "שנקר" התצוגה השלישית והאחרונה, אליה נמכרו כרטיסים גם לקהל הרחב. זו חגיגת הסיום לא רק של הבוגרים, גם של תלמידי הכיתות האחרות במגמות האופנה והטכסטיל. למתח ולהתרגשות של חשיפה פומבית בגדול, לא רק לפני הורים וקרובי משפחה נרגשים, גם בפני יצרנים ומעסיקים פוטנציאליים, נוספה השנה התחרות על פרס "רבלון": שלושה פרסים כספיים בסך חמשת אלפים דולאר, שיחולקו בין שלוש בוגרות מצטיינות.

(המשך בעמ' 19)

המשך מעמ' 17

גם ב"שנקר" יש "כוכבות", כמו בתיאטרון ובקולנוע. יש שם כמה אוספים מרשימים, עם סיכויים טובים לזכות בפרס. אורלי צרפתי עיצבה אוסף של בגדי־עור מעור זמש אדום, עם חולצות של פשתן בצבע טבעי, על הגב של החולצה שמה במקום חוית, הדפס של תכנית מתאר של בית של ארכיטקט מתחילת המאה, בתוכו כתבה את שמה. את הבגדים עיצבה תוך כדי עבודה ב"בגד עור", בסתיו ייצרו אותם למכירה. הנר אלמביק שיחקה בניגודים. פשתן וסלסולים של טפטה, שחור ולבן, כותנה מתוספסת עם קטיפה רכה, אופנה עם הומור. צפרא פרלמוטר שילבה סריג, תחרה ופסים. התחרה נותנת למיני טעם של פעם. ג'יליאן בלוך הלכה על בגדים לבנים מעוטרים בסיומת שחורה, נקי וכמעט ארכיטקטוני. נעע פלדמן וענת גלובוס עשו "פלשבק" לדרום־אמריקה של פעם וקישטו את הבגדים במוטיבים מתקופת האינקה. אורנה חזן הלכה על מוטיב של "דנה בסניקרס". ערבבה מכנסיים תפוחים עם חזיה סקסית וכובע רומאנטי של פעם. מראה ספורטיבי, פרוע, רחוק מיוניסקס.

"שנקר" מחנך לעיצוב תעשייתי, אבל הבוגרים מתלבטים בין לעשות אופנה להמונים או לפתוח סטודיו. אחרי ארבע שנים במסגרת, קשה לעמוד בפני הפיתוי של להיות עצמאים, לעצב מה שמתחשק. אתמול נגמרו החלומות, יורדים מהמסלול לרחוב.■

מנהלת חדשה, רוח חדשה

מותו של פרופ' גד אלון, ששימש כנשיא המכללה שנים רבות, השרה עצבות וצער בתכונה של סוף השנה. תפקידו תובע איש ועתה מחפשים לו מחליף. פרישתו של טדי קאבאנה יצרה בעייה במגמת האופנה. מי ימלא את מקומו? עד עכשיו ייבאו מחו"ל את ראש מגמת האופנה. זהו תפקיד חשוב בעיצוב פניה של האופנה הישראלית. לאחרונה התמנתה איילה רז לתפקיד זה.

איילה רז, בוגרת האקדמיה לאמנויות יפות ברוטרדם, הולנד, בעלת תואר מ.א., עבדה בעיצוב אופנה בתעשייה ומזה ארבע שנים מלמדת עיצוב אופנה ב"שנקר". כמו בצבא, כשממנים רמטכ"ל חדש, גם פה התחוללה סערה. יש מורים ששוקלים לעזוב, אינם מאמינים ביכלתה. המשכורות נמוכות ואנשים עובדים בעיקר בשביל הסיפוק שבחינוך דור חדש של מעצבים. גם חלק מהתלמידים לא היו מרוצים מהבחירה. לאיילה רז יש גם מצדדים, שאומרים שתהיה טובה בתפקיד שתובע הרבה ארגון ותיאום.

בינתיים היא הוכיחה, שהיא לוקחת תפקידה החדש מאוד ברצינות ומוכנה לעבוד קשה, כדי להכניס רוח חדשה במוסד. בחדשים האחרונים פנתה לכל ה"מי ומי" באופנה וביקשה לגייס אותם ל"שנקר", לבוא להרצות בבית הספר ולהציע הצעות לשיפורים ולשינויים. עוד לא ברור מי יבוא. ביוזמתה, תתחיל כיתה ד' את שנת הלימודים בסיור בפריס, בבתי האופנה של בלמין, קארוין, גי לארוש ואחרים וגם ביקור בבית הספר לאופנה "אסמוד".

אחרי עשור של ייבוא מומחים מחו"ל. אמנם הגיע הזמן לשנות כיוון עם רוח ישראלית במפרישים. חבל שהנהלת "שנקר" לא פרסמה מכרז על משרת ראש המגמה, זה היה מאפשר לכל מי שרואה עצמו מתאים לתפקיד להציע מועמדות. עכשיו צריך לתת לאיילה רז צ'אנס, לחכות ולראות אם הנסיון יצליח.

בן פאטו המלך שיעמיד את הכלים במקומם

בן פאטו, נוזל כלים מעולה למטבח בעל ריח ניחוח נעים ורענן, בן פאטו שומר על ידיים רעננות ורכות תודות לנוסחה הניטרלית שלו

היכואן, א. בדוסה בע"מ. המפיצים: סוכנויות תבל בע"מ 03-807857

בן פאטו. עוד מוצר מהמשפחה הטובה של אלקו

בוא ללמוד

מקצוע מבוקש

ומעניין!

ההרשמה החלה • מספר המקומות מוגבל

קורס ליחסי ציבור

ופרסום

(בימי רביעי)

קורס לעתונאות

(בימי שני)

הפתיחה 2.9.87

תנאים מיוחדים לנרשמים בחודש יולי.

פרטים מלאים והרשמה:

בית הספר לעתונאות בית ציוני אמריקה, אבן גבירול 26, תל־אביב, טל. 03-265870, כל יום בין השעות 9–1 לפנה"צ, ובימי שני ורביעי בין 5–7 בערב.

דינה

מידות גדולות

6 תשלומים על כל קניה מעל 300 ש"ח

חדש! חנות המפעל!

החבור 39 תל־אביב 03-653487	סוקולוב 84 רמת־השרון 03-490138

למזכרת בתיה עם קבלת פרס איכות הסביבה

מרכז מפלגת העבודה

מברך את ראש מועצת מזכרת בתיה

רפי אלול

וחבר העובדים –

על קבלת פרס איכות הסביבה בברכת כה לחי עלו והצליחו!

יו"ר האגף המוניציפלי

-מרכז מפלגת העבודה

לראש המועצה וחבר העובדים

ברכות לבביות לרגל

קבלת פרס איכות הסביבה

המשך תנופה ופיתוח איתכם לאורך הדרך עלו והצליחו!

מאחלים: **יהודה גפן** – מודד מוסמך

מאיר הרשקוביץ – מהנדס

יונתן את פרייברג מהנדסים – מתכנני תשתית

נעמי בידרמן – אדריכלית

שרמן פוטש – אדריכלים ומתכנני ערים

ברכות לבביות

לראש המועצה

רפי אלול

ולצוות העובדים

כה לחי!

מאחלים:

מיכאלה ומיכאל איתן

אדריכלים ומתכנני ערים

רפי אלול – ראש מועצת מזכרת בתיה

ראש המועצה מזכרת בתיה, רפי אלול, אחראי לא מעט לעובדה, שהישוב שהוא עומד בראשו זכה בימים אלה בפרס איכות הסביבה. בן 30, נמרץ, בעל השכלה אקדמית, מילא בעבר תפקידים שונים במערכת הציבורית. קודם היה גזבר המועצה ובתנופה עלה לכס ראש המועצה.

רפי אלול תרם רבות לפיתוח המושבה ולאיכות החיים בה – ועל כך הוא ראוי לבוא על הברכה.

כה לחי!

בחסות ז'ק יולזרי בע"מ.

הסעות וטיולים בכל חלקי הארץ באוטובוסים ממוזגים עם מערכת וידיאו

ברכות לבביות והמשך תנופה בעירכם

מאחל: **יגל** שירותי מים בע"מ

ציוד, חומרים, ייעוץ טכני לבריכות שחייה

נתניה, א. תעשיה חדש. טל. 053-573281

שאו ברכות חמות כה לחי!

מליחי, שירותים וניהול בע"מ

עזרא 25, ראשל"צ טל. 9611488

ברכות חמות ולבביות והמשך עבודה משותפת... כה לחי!

מאחלים: **נעים שושן, ישראל גואטה**

עבודות עפר והובלות

ברכות נאמנות

מאחל: **פולדמיר בנין**

רוטשילד 6 מזכרת בתיה

ברכות לבביות לקבלת הפרס

מאחל **ג'ימי חשמל**

הרצל 105/3 רחובות

שאו ברכות חמות ויישר כוחכם!

מאחל **אקרשטיין צבי** בע"מ

אבני ריצוף משתלבות, מוצרי מלט, עציצים וספסלים

אזור תעשיה, הרצליה, טל. 052-556686

ברכות לבביות איתכם לאורך כל הדרך עלו והצליחו!

מאחלים **ישראל וריקי כהן**

מאחל **ישרא־טפט,**

בלפור 97, בתים טל. 03-806673

שפע ברכות!

מאחל **הכח** קואופרטיב לחובלה בראשל"צ בע"מ

תרמ"ב 5 ראשל"צ טל. 03-942226

ברכות לבביות!

מאחל **המוביל זק יולזרי רמלה בע"מ**

הרצל 116 רמלה טל. 08-229462

ברכות לבביות!

מאחל **דפוס עלה**

שד' וואשינגטון 24 תל־אביב טל. 03-833930

לראש המועצה ועובדיו ברכת כה לחי עלו והצליחו!

מועצת פועלי מזכרת בתיה וחברי המליאה

המשך שיתוף פעולה פורה!

מאחל **ע. רייכרט בע"מ**

תעשיית מוצרי מלט

נס־ציונה, א. תעשיה א', טל. 08-470659

ברכות חמות! יישר כח!! והמשך תנופה!!!

מאחל **פנחס שטיינר**

נגרות בנין ורהיטים

רחובות, טל. 08-415107

שאו ברכות חמות לקבלת פרס איכות הסביבה

עלו והצליחו!

מאחל: **אברות (1987) בע"מ**

מיפעל לצנרת פלדה מצופה – למים וביוב

קיבוץ בארות יצחק, טל. 03-9329138

ברכות למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי – טייבה

מר עומי ג'מיל מקבל את פרס מגשים ישראל, מנשיא המדינה מר חיים הרצוג.

למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי, טייבה

שפע ברכות ליום חגכם

גוטמן אדריכלים

מתכנן המבנה, הריהוט והפיתוח

למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי, טייבה

קבלו ברכותינו החמות לרגל זכייתכם בפרס מגשים ארץ־ישראל יפה

אגודת אש"ל

אגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן בישראל

למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי, טייבה

לרגל זכייתכם בפרס מגשים ארץ־ישראל היפה עלו והצליחו!

עבד ומצטפה – נגריית שירינה

נגריה לייצור מדרגות ורהיטים

טייבה – 052-68791

למרכז יום לקשיש, טייבה

ברכות חמות!

חברה ע"ש ג'ומעה בע"מ

עבודות בניה וספקי חומרים

רח' הארבעה 16, כפר טייבה

טל. 052-66334

למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי בטייבה

ברכות ואיחולים לבביים עם זכיית המרכז בפרס מגשים ארץ־ישראל היפה

חביב עבד אלטיף

ראש המועצה טייבה

למרכז יום לקשיש, טייבה

קבלו ברכות חמות לרגל זכייתכם בפרס מטעם המועצה לא"י יפה

עבדול חי יחיא

למרכז יום לקשיש ע"ש אלראזי, טייבה

שפע ברכות ליום חגכם

חברת מייסון בע"מ

ייצור ושיווק בלוקים וחומרי בנין

טייבה טל. 052-61076

יוסף לפיד

הטור של טומי

סבא

אנשים מרגישים, בדרך כלל, יותר צעירים מגילם. עד כי לעתים קשה להם להתנהג, כפי שצפוי מהם על פי גילם. וקשה להם להשלים עם המחשבה, כי כל מה שהם יחסו פעם לגיל הזה, חל עכשיו עליהם. איכשהו, זה לא מסתדר. ברוב הבריות מסתתר איש צעיר, המסרב להסתלק, רק כאשר אתה מביט לתוך עיניהם של צעירים באמת, משתקף בהן, במלוא האכזריות, הגיל שלך. כמו שידידי אפרים קישון נוהג לומר: "לא חשוב איך אתה מרגיש, חשוב בן כמה אתה".

אני הרגשתי תמיד יותר מבוגר מגילי. אולי בגלל השואה. אולי מפני שבגיל צעיר איבדתי את אבי. אולי מפני שגויים בני גילי, שבחברתם גדלתי, לא היו חכמים במיוחד. תמיד היו לי חברים מבוגרים ממני בעשר שנים. פעם זה היה הפרש גדול. כיום זה הפרש קטן.

ועכשיו אני סבא. סבא זה סטאטוס, זה מושג, זה מעמד. אני מנסה לשחור את כל מה שחשבתי פעם על סבים וזה לא מתאים לי. בפעם הראשונה אינני מצליח להדביק את המשבצת שלי. סבא זה מישהו שהולך עם מקל ומביא בשבת שוקולד ומספר סיפורים קצת לא לענין ולובש בגדים מיושנים ומזכיר תמיד מה היה כאשר הוא היה צעיר, וזוכר את אוסישקין. ואני בכלל לא זוכר את אוסישקין. אני בקושי זוכר את בן-גוריון. או מה רוצים ממני?

שוכב לו בעריסה תינוק, יואב שמו, בן חודש בלבד, לא מבין בין שמאלו לימינו והוא – הוא! – קובע, שאני סבא. חוצפה, אני אומר לכם, חוצפה. מה שהדור הצעיר מרשה לעצמו, לא יאמן.

יש לי צילום שלו, אם מישהו מכם מעונין לראות... אני תוהה, מדוע סבים תמיד מוכנים להראות צילום של הנכד שלהם, אבל מעולם לא ראיתי נכד שהראה את צילום הסבא שלו? ■

רוטבליט

אני קורא, לתומי, בשבועון של "ידיעות אחרונות", ביום ששי שעבר, ראיון של יותם ראובני עם יענקל'ה רוטבליט, על תקליט ישן שלו, שיצא מחדש לאור.

ולפתע, מה קוראות עיני?

"הוחרמו כל השירים שלא תאמו לעליית הליכוד או לנפילת המערך", אומר יעקב רוטבליט, "טומי לפיד היה מנכ"ל רשות השידור ואני מקוה, שהשיקולים שלו היו ממלכתיים. בלי שמץ של איבה אישית".

ובכן, מר רוטבליט, הרשה נא לי לומר לך, כי אין שמץ של אמת בדבריך. ראשית – התקליט שלך מעולם לא נפסל. נפסל מתוך התקליט שיר אחד בלבד, הנקרא "החוזר בתשובה לשאלת כתבנו". סיבת הפסילה היתה בשני משפטים, הנשמעים כיום די תמימים: "רמאים רצים לכנסת" ו"דוד המלך שוכב על החומה עם בחורה ערומה". תאריך הפסילה הוא השבעה ביולי, 1978. אני הצטרפתי לרשות השידור, כמנכ"ל, באחד באפריל 1979 – חצי שנה לאחר הפסילה.

מסתבר, איפוא, מר רוטבליט, שאתה, איך אומרים זאת בלשון עדינה, "לא מדייק בדבריך". משמיץ. לפי מיטב המסורת של קבוצת ההתיחסות שלך. התקפה כזו מוסיפה לך בודאי קצת חן בעיני החבר'ה. השמצת לפיד כמקדם מכירות של תקליט. לא כן, מר רוטבליט?

לא שאתה מפתיע אותי. אני קורא מדי פעם, מפי חבריך להשקפת עולם, גינוי על כך שביטלתי את תוכנית "ניקוי ראש" בטלוויזיה. שידור "ניקוי ראש" נפסק אמנם שנה לפני כניסתי לרשות השידור, אבל מה זה חשוב. עובדות לא משחקות כאן. רצח אופי היא חלק מהשיטה. כל דור ודור כותב מחדש את הפרוטוקולים של זקני ציון.

ליכלכת, יענקל'ה רוטבליט, ליכלכת. אני אומר לך זאת בלי שמץ של איבה אישית. ■

חניון

השוער בחניון החדש שליד עירית תל-אביב הושיט לי את הקבלה ואמר: "תודה שהשתמשת בחניון שלנו".

כל כך הייתי המום מהאדיבות הזו, עד שכמעט התנגשתי במכונית ביציאה מהחניון. עד הבית לא יכולתי להירגע. באמריקה, כאשר אתה מצלצל למודיעין, המרכזנית תמיד אומרת: "Thank you for calling a.t.& t". אבל בארץ, שמישהו יאמר לי דבר כזה? מה אני, תייר?

אחרי שחזרתי לאיתני עלה בדעתי, שלומר "תודה שהשתמשת" לא עולה ביותר מאמץ מאשר לומר "נו, זוז כבר!". מן המפורסמות הוא, שאת חוסר הנימוס הפכנו לסימן היכר לאומי. אם אתה מחפש ישראלי בלונדון, תעקוב אחרי התור לאוטובוס. זה שלא ממתין בתור, זה הישראלי.

מה שבכל זאת מתמיה, הוא חוסר הנימוס בעסקים. מישהו משקיע הון תועפות בדקורציה של חנות בגדים בדיזנגוף, מזמין ריהוט מרניה, בגדים מאיטליה, ותאורת נאון מיפן. אחר כך הוא מעסיק זבנית האומרת ללקוחה "נו, גברת, תחליטי כבר!" או שהיא מנהלת שיחת טלפון מרתקת עם החברה שלה על סגולותיו התרומיות של מוטי, ונותנת ללקוחה לחכות – או ללכת. ואני שואל את עצמי, מדוע בעל העסק, המשקיע הרבה מחשבה והרבה מאד כסף בחנות שלו, לא משקיע חמש דקות של זמן בהדרכת הזבנית?

גסות רוח, אמר הפילוסוף האמריקני אריק הופר, היא הדרך בה אדם חלש מנסה להפגין כוח. אצלנו יש יותר מדי אנשים כאלה. הם הפכו את גסות הרוח לנורמה חברתית. לכן אני חייב מלה טובה לשוער של החניון. תודה, אדוני, שהשתמשת בי. הרי קיווית, ממזריקו, שאדבר עליך ברדיו. ■

אונס

בשבוע שעבר סיפרתי את הבדיחה על הנזירה, המבשרת לאם המנזר, כי שלושה חיילים אנסו אותה, ואם המנזר אומרת לה למצוץ לימון, כי זה יוריד לה את החיוך מהפרצוף.

קיבלתי על כך מכתב מנורית ואהל, מירושלים. "במשך דורות – היא כותבת לי – היתה מקובלת ההשקפה, שנשים נהנות, כאשר אונסים אותן. מאות בדיחות קיימות על הנושא וזו שסיפרת היא אחת מהן. אני מניחה, שההשקפה הזו פותחה בעיקר על ידי גברים והיא נתנה להם למעשה לגיטימציה לקיים יחסי מין בכוח, כי 'זה מה שהן בעצם רוצות'. רק בשנים האחרונות התחילו להתיחס לאונס כלפשע נורא. לצערנו, עדיין קיימים חוגים בהם חושבים הגברים שנשים נהנות ממעשה האונס. הבדיחות, כולל זו שסיפרת, תורמות להעברת המסר הזה ובכך תורמות גם להגברה האלימות נגד נשים".

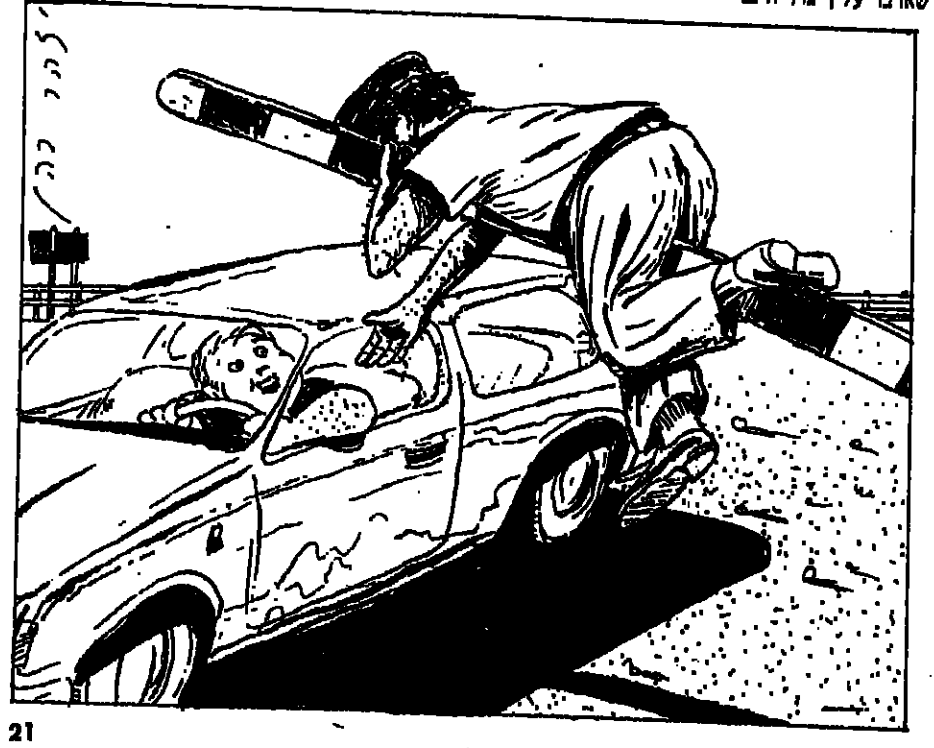
יש, כמובן, אמת בדברים אלה. אך מה לעשות וחלק לא מבוטל מההומור העולמי מבוסס על תכונות, אמיתיות או מדומות, שמיחסים לעמים, דתות או קבוצות בני אדם אחרות. סקוטים קמצנים, למשל. צרפתים אוהבי זימה. גרמנים מרובעים. פולנים טיפשים. יהודים ערמומיים. יש מידה של אכזריות בכל הבדיחות הללו. האם זאת סיבה מספקת, כדי שנוותר עליהן?

שאלתי פעם את אחד המנהיגים של המאבק הכושי לשוויון בארה"ב, רוי וילקינס, מדוע הרצינות התהומית הזו? מדוע הם מעולם לא מתבדחים – על עצמם? הנה, היהודים, שסבלו בהיסטוריה יותר מהכושים, המציאו אלפי בדיחות שחיציהן מכוונים נגד עצמם.

"כאשר לנו יהיה מישהו כמו פרופ' איינשטיין – ענה לי המנהיג הכושי – נוכל גם אנחנו להרשות לעצמנו להמציא בדיחות על חשבון הכושים".

נדמה לי, שמעמדה החברתי של האשה מספיק איתן כיום, כדי שנשים יוכלו להרשות לעצמן בדיחות, אפילו בדיחות אכזריות, על חשבונן. אני יכול להבטיח לנורית ואהל, שלא התכוונתי לעודד מקרי אונס. אפילו לא אונס של נזירות. ■

שודר בקול ישראל במסגרת תכנית "הטור שלי"



AEG גרמניה מציגה את:
תנור אפיה וגריל BUILT IN
רב תכליתי (MULTISYSTEM)
צעד גדול לפני כולם!

נאמנים למסורת של איכות וקידמה טכנולוגית AEG מציגה בישראל את תנור האפיה הרב תכליתי המתקדם ביותר בשוק הישראלי.

+TURBO איגפרה ארום – משולב לגריל, לבישול ולאפיה
אין צורך בארובה
מערכת אוורור למניעת כניסת אוויר חם לארון
מערכת צינון לתא האפיה והגריל
שעון/קוצב זמן אלקטרוני / דיגיטלי לתכנות מראש
EVIS – 15 שנות בטוח' שרות ע"י EVIS

יתרונות נוספים:
★ כפתורים נשלפים להפעלה, מונעים הצטברות לכלוך.
★ ספירת זמן לאחור מראה כמה זמן נשאר לתהליך.
★ אפשרות הפעלה והפסקה אוטומטית גם בעת העדרות מן הבית.
★ מותאם ל־4 תבניות בעת ובעונה אחת.
★ ציפוי אמאייל מיוחד לתא האפיה.
★ מסנן שומן, מונע הצטברות לכלוך על המאוורר.
★ 3 צבעים לבחירתך: חום, בז' ולבן.

AEG מסורת של איכות!

להשיג בחנויות המובחרות ב:
תל-אביב - אליאס - ה' באייר 20 ככר המדינה טוקיו - אלנבי 66 ירושלים - חניג יונה - לונץ 10 סלון ירושלים - יפו 97 אחים לוי - שלומציון המלכה 8 לוסטיג - שטראוס 29 שיר יחזקאל - יפו 117 מרכז ירושלמי - רח' יפו 30 חיפה - טרקלין חשמל - הנביאים 25 טרקלין חשמל - שד' ההסתדרות 44 צ'ק פוסט אריה מכשירי חשמל - רח' כטיב 2 סלון ביאליק - ביאליק 3 באר-שבע - סלון אדיב - ק.ק.ל. 98 א.א.אלקטרוניקה - העצמאות 28 הנשיאים - מרכז רסקו אילת - הוכמן - שד' מידיאן אשקלון - קרן אור - הרצל 22 באקה אל גרבית - אל-אנואר מקלדי בית שאן - אחים עזרן - מרכז מסחרי רסקו בני ברק - לוסטיג - ירושלים 12 חולון - סבוי - סוקולוב 77 אמדו - סוקולוב 65 חצור הגלילית - חשמל כהן - מרכז מסחרי טבריה - קזז - רח' הגליל אלקטרו חן - רח' הגליל יבנה - עיני - דרך רחובות 3 מגדל העמק - שרט - מרכז מסחרי נהריה - טלסטאר (ליבוביץ) - שד' געתון בנין אגד עפולה - חשמל שושני - ברנר 3 אחים שטראוכלר - תחנה מרכזית עפולה נס ציונה - פינקלשטיין - ויצמן 25 צפת - חדד - רח' ירושלים ק.מלאכי - עובד ניסים - מרכז מסחרי קריות - סנסור פלג - מרכז רב-מד קרית מוצקין ראשל"צ - בן זקרי - ביאליק 12 ברנפלד - רוטשילד 31 רחובות - להט - בית הפועלים 6 רמלה - אסתר אוניברסל - ביאליק 2 רעננה - אבי רזמי - אוסטרובסקי 11 רשת חשק"ס.(רשימה חלקית)

אורית הראל

מתהפכים במיטה

כמעט כל אחד מאיתנו סובל לפעמים מלילה לא שקט, משינה לקויה, אבל יש כאלה שחוסר השינה הופך אצלם לבעיה מתמשכת. מכאן קצרה הדרך לתלות בכדורים מסממים.

שינה – תענוג. בשבת, ביום חול, על מצעים יפהפיים או סתם בהתכרבלות על הספה מול הטלוויזיה. לא לכולנו, מסתבר. למעשה, אחד מכל ארבעה אנשים מתלונן על קשיי הירדמות או קשיים בשינה לאורך תקופה מסוימת, בנקודה זו או אחרת של חייו.

סיבות שונות ומשונות יש לשינה לקויה, החל בגורמים פסיכולוגיים או התנהגותיים וכלה בבעיות פיזיולוגיות. כמעט כל אחד סובל מדי פעם מלילה לא שקט או מקשיי שינה, בתקופות של לחץ או מחלה. אך יש מי שחוסר היכולת לישון, אינסומניה בלעז, הופכת אצלו לבעיה מתמשכת. למשל, אצל אלה שמנסים יותר מדי: אינסומניה כרונית היא לעיתים תוצאה של נסיונות כושלים לתקן את המצב.

כדי לפצות את עצמם על זמן שינה אבוד, מקצים הסובלים מחוסר שינה יותר זמן לשהיה במיטה, שהופכת ליותר זמן של שכיבה במיטה במצב של עירנות מוחלטת. וככל שהם מנסים יותר להירדם, הם בעצם מעירים את עצמם יותר ויותר. ומכאן קצרה הדרך לתלות בכדורי שינה, כי האדם כבר אינו סומך על עצמו בעניין הזה. הנה, עובדה – הוא נכשל.

יצורים דאגנים מטבעם גם הם פוטנציאל טוב לבעיות שינה. לפעמים האינסומניה היא סימפטום לדכאון או חרדה חמורה בהרבה מעבר לדאגנות יתר. חוקרים מצאו, לדוגמא, כי שנתם של מי שסובלים מדכאון לא רק קצרה יותר בהשוואה לשינה נורמלית, אלא גם שונה באיכותה (כלומר בהתפלגות הסוגים של גלי המוח על פני טווח השינה).

הרגלי חיים גרועים הם גורם נוסף להפרעות שינה. קצב חיים דחוס מדי ושעות שינה לא סדירות, מבלבלים לעיתים את השעון הביולוגי של האדם. הרגל גרוע נוסף הוא כשהופכים את המיטה ל"מרכז העולם" – אוכלים בה, רואים בה טלוויזיה, מטלפנים ממנה ומטפלים בניירת המשרד מבין הסדינים. כתוצאה מכך מתרגלים להתייחס לחדר השינה, ולמיטה כחלק ממנו, כאל מקום של פעילות ולא מקום של מנוחה.

סיבה פרוזאית אחרת לבעיות שינה היא הערכה מוגזמת של הצורך בשינה. יש פשוט מי שחושבים שהם זקוקים ליותר שינה ממה שהם באמת צריכים.

רגע לפני שהולכים לטיפול אצל פסיכולוג או במעבדת שינה, אחרי שיודעים שאין מדובר בבעיה פיזיולוגית, אפשר לנסות להיעזר באחרות מהעצות הטובות הבאות:

- לשמור על שעת השכמה קבועה. זה עוזר לכוון את השעון הביולוגי, וככה הוא גם יידע ללכת לישון בזמן.
- לישון רק פרקי זמן שמספיקים כדי לחוש רענן. יותר מדי זמן במיטה, בנמנומים, זה גם לא טוב.
- להימנע מתנומות קצרות במשך היום – זה רק גורם לתחושה של טשטוש ומפריע לשינה בלילה.
- שינה טובה בגוף בריא – להקפיד על התעמלות סדירה מדי יום, אבל לא לפני השינה כי זה גורם מעורר.
- להימנע מקפאין בשעות המאוחרות של היום, להימנע מעישון ולהפסיק להתייחס לאלכוהול כאל גורם מרפה – כשהוא מפסיק להרפות הוא מפריע לישון.
- לדחות את הדיאטה למחר, ולאכול משהו לפני השינה אם רעבים: רעב בהחלט מפריע לישון.
- אם אינך מצליח להירדם – אל תנסה בכוח. צא מהמיטה ועשה משהו – קרא ספר למשל – ורק כשתרגיש ממש עייף, חזור למיטה.
- אם אתה מגלה שבעצם, כל לילה אתה שוכב וסופר כבשים במשך שעתיים עד שאתה מצליח להירדם, פשוט לך לישון שעתיים מאוחר יותר.

שינה טובה היא במידה רבה פונקציה של התאמה בין השעון הביולוגי של הגוף לבין שעון 24 השעות של היממה. בעצם, גופנו מעדיף מחזוריות של 25 שעות של שינה ועירות, וכדי להתאים עצמנו לעולם אנחנו משתמשים בסממנים טבעיים, כמו אור וחושך, מועדי ארוחות ושעות עבודה.

מי שיכולים לשמור על סדר יום קבוע, מגלים כי גופם שומר על המחזוריות, וכך אם הם קמים מדי יום בשעה קבועה, הם מתעוררים בה בעצמם, רגע לפני צלצול השעון המעורר. עובדי משמרות, אנשים הטסים הרבה, יודעים את הקושי שבהתרגלות למחזוריות אחרת בפרקי זמן קצרים.

לפעמים המחזוריות האישית כל כך שונה מהמקובל, שאנשים לא מסתדרים עם הקצב של העולם. כך למשל אנשים זקנים, המקדימים ללכת לישון במחשבה שהם זקוקים ליותר שינה, רק כדי למצוא עצמם מתעוררים לפני עלות השחר.

גם לישון צריך לדעת. ■

עוד נצחון ב"מבחן האמריקני":
פיסגה
אבקת הכביסה הקלה
פי 2 כביסות מכל אבקת יבוא!

במשקל - 3 ק"ג, תקבלי מ"פיסגה" 26 כביסות, לעומת 13 באבקות היבוא!
חדש
והתוצאות מעולות: "פיסגה" מסירה כתמים ביעילות גם בטמפרטורות נמוכות. האבקה מכילה מרכיבים מיוחדים להגנה על הבד, לשמירה על רעננות הצבעים ולהגנה על מכונת הכביסה מפני קורוזיה. כמו כן מכילה "פיסגה" בושם עדין הנותן ניחוח רענן לכביסה.
יצור - דלית תשלובת כימוקלים
שיווק - חוגלה כימיקלים בע"מ
פיסגה תוצאות בדוקות

ואנה־מאניה
משגעת את אמריקה

קוראים לזה ואנה־מאניה. אמריקה משתגעת אחרי בלונדינית יפהפיה, בת 30 ועורו כל הנשים הבשלות, זו שמגלה את האותיות החבויות ומצביעה בתנועות מרפרפות ובחיוך כובש על הפרסים היקרים בשעשועון הטלוויזיוני, "גלגל המזלות".

ב־1982 היא מגלה שם את האותיות. לפעמים, היא אימות, היא גם מעלה רעיונות לחידות. היא מקבלת מכתבי מעריצים בשקים, הכל – מהצעות נישואים ועד הזמנות לפסטיוולי אבטיחים. יותר מ־15 זוגות כבר כתבו לה שקראו לבנותיהם שזה־אך נולדו ואנה, על שמה. וזה רק קצה־קצה של ההיסטריה.

כמעט לפי הזמנה, יש לה סיפור חיים מתקתק, שהולך טוב עם בבואתה היפה, שבאחרונה מקשטת הרבה יותר מאשר את תפאורת השעשועון האמור, היא מציצה אל פני האומה האמריקנית אפילו בכתבות טלוויזיה שהיא הנושא המרכזי בהן.

ואנה. היסטריה, אין מה לעשות נגדה.

סבתא שלה ילדה את אבא שלה מחוץ לנישואים. היא עצמה נולדה בפברואר 1957, לאמא שהתחתנה עם אבא ש"היה מרקע אחר לגמרי", ונכנסה להיות אחרי שארוסה נהרג בתאונת מכונית שבועיים לפני מועד החתונה. לפני שמלאו לוואנה התינוקת שנה, התגרשו ההורים, ואמא ובת עברו לגור עם סבא וסבתא המאמצים, גם הם שחקנים במלודרמה הזו. אחר כך אמא של ואנה בכל זאת מצאה את הגבר הנכון, ונישאה תוך שנה לאחר הרביעי הייט, שהיה לאבא של ואנה בכל המובנים, והמשפחה הקטנה והמאושרת עברה לגור בעיר קטנה בדרום־קרוליינה.

ילדות שקטה ומאושרת. בית ספר לדוגמנות באטלנטה אחרי התיכון. צעדים ראשונים בתור דוגמנית, אהבה ראשונה רצינית לגרוש עשיר ומבוגר ממנה ב־15 שנה. ב־1978 הלכה לתחרות מיס ג'ורג'יה וזכתה בתואר - סגנית רביעית. אחר כך באו נסיונות - שנכשלו - לקבל תפקידים בסרטים, ולמרות זאת ההכרה שהמשחק הוא בשבילה. ועם ההכרה – והאכזבה מהמאהב העשיר המבוגר, שגם אהב אחרות באותו זמן – ההחלטה לעבור ללוס־אנג'לס. קשה קצת להאמין כשמביטים בה היום, אבל היא טוענת שמאבק הקיום בהוליווד היה כה אכזר בהתחלה, עד שהוסיפה במהירות עוד 15 ק"ג למשקלה הנוכחי. אבל יום אחד תפסה את עצמה בידיים, עשתה דיאטה, שכרה שירותיו של סוכן והתפקידים החלו לזרום. אבל איתם היא גילתה גם את כל הפוליטיקה שעושים סוכנים ואמרגנים לקידום הלקוחות, ומרוב בושה החליטה ילדה־טובה־ואנה לפטר את הסוכן.

ירידות, עליות, חבר חדש, שחקן אופרות סבון. ב־82' הוזמנה לתפקיד המארחת, כפי שזה נקרא, ב"גלגל המזלות" והתהילה עמדה בפתח. אושר ועושר לנצח. כמעט. ב־83', בעקבות גיבורי הסבון, עבר החבר לניו יורק, והשניים צברו הרבה שעות טיסה בדרך ל"א ומ־. אחר כך נמאס לו להיות סבוני כזה, והוא החל לעבוד על טיס. סוף רע – הוא נהרג בתאונת מטוס. ואנה היתה שבורה.

כמו להוסיף על כל הצרות, פירסם הפלייבוי תצלומים שלה כמודעות ללבנים שקופים, שעשתה פעם בשעת דחק כלכלית, ועיתון סמרטוטי אחר פירסם תמונות עירום שלה, שצילם צלם מסתתר שלא בידיעתה, בעת שהשתזפה בעירום בחצר ביתה. לא נעים.

אבל, אחרי הרע בא הטוב, והיום, למרות הליכלוכים, ואולי גם מעט בזכותם, היא כוכבת תיקשורת. אפילו התארחה אצל ג'וני קרסון הרגיל, וכהתחשב בעובדה שכל מה שהיא בעצם יכולה לספק לציבור זה סודות הדיאטה שלה ומי היצרנים, שמשאילים לה את הבגדים בתכנית, ואנשים נשארים דבוקים לטלוויזיה כדי לשמוע – זו בהחלט תופעה שראויה לשם, ואנה־מאניה.

(הביאה לדפוס: אורית הראל לפי "ליידים הום ז'ורנל" שרות בלעדי ל"מעריב")

רהיטי ילדים ונוער -
זה ה"עונג" שלנו
עונג חוזרת לילדות
oneg עונג
תצוגה ומכירה: רח' החשמונאים 3, בני־ברק (ע"י מ.מ.מ.). טל' 03784104
להשיג גם בחנויות הרהיטים המובחרות

משחק כאוס

זהבה שכנאי

עיתונאיות מעולם אחר

הנשים עובדות – הגברים נחים. כך זה בהאיטי. ובג'מאיקה – ניצול מיני.

"לנשים יש הרבה יתרונות, הן אחראיות יותר מגברים, בעלות תושיה וחרוצות יותר וכשהן נכנסות לתפקיד, גם אם הן חסרות הכשרה מקצועית, הן מאמינות בו ולוקחות אותו ברצינות. על הנשים לנצל יתרונות אלה, ואילו הן היו השולטות במדינתנו, מצבנו היה טוב יותר" – כך, בהרבה חן ונועם, אומרת דומיניק סטאקו (26), עורכת ומגישת חדשות החוץ בטלוויזיה של האיטי, שלקחה חלק בסמינר הבינלאומי של אנשי תקשורת בנושא "תקשורת ופיתוח לאומי", שנערך בירושלים מטעם משרד החוץ והמכון לקומוניקציה באוניברסיטה העברית.

הפתעה מזומנת למשתתפי הפאנל בנושא "תפקיד נשים עתונאיות בפיתוח הלאומי": סטאקו מספרת על בנות עמה היושבות בבית ונושאות את הבעל־הבעלים, הילדים ועול הפרנסה על כתפיהן. בכפרים תופעה מסורתית היא שהאשה יולדת לגברים רבים, זה נובע מההיסטוריה שלנו, היא אומרת. בתקופת הקולוניאליזם, כשהאדון רצה אשה הוא פשוט לקח אותה, וכך זה נשאר עד היום.

"הנשים נענות לגברים בגלל העוני, פשוט אין מה לעשות בלילה...", אומרת סטאקו. לשאלתנו, אם אין הנשים מתחרטות בדיעבד על כי הביאו כל כך הרבה ילדים, היא עונה שהמסורת רואה בילדים מתנת אלוהים. הנשים מסתדרות עם מצבן – הן קונות סחורה, לא פעם באיים הסמוכים בים הקאריבי, חוזרות להאיטי ומוכרות את מרכולתן בשוק ברווח גדול. גם אם הן עצמן הולכות בבגדים דלים, ילדיהן לבושים, שבעים ומקבלים חינוך נאות.

הגברים, כדרך כלל, אינם עובדים, מכיוון שהם חסרי תושיה. "הגבר שעשה לאשה את הילד רואה עצמו כעליון וככזה ברור לו שהוא צריך להיות נתמך".

היום "חוגגת" דומיניק סטאקו בעבודתה בטלוויזיה. עד שנת 86', מועד עזיבתו את המדינה של השליט הקודם ז'אן קלוד קודאיליה, נאלצה להיזהר בבחירת המילים בשידוריה. מילים כמו "אוטוקרטיה" "דיקטטורה", "דיכוי", "זכויות אדם" היו מחוץ לתחום, גם חדשות ממדינות אמריקה הלטינית, בהן המצב דומה למתרחש בהאיטי, היו אסורות, והחדשות היו מבוססות על תעמולה בלבד. היום, כשהיא חופשיה בבחירת חדשות החוץ, היא נותנת משקל לאירועים כדוגמת ההפגנות שהתרחשו לאחרונה בקוריאה.

"זוהי דרך טובה לחנך אנשים במדינתי, שכוחם להילחם על זכויותיהם והמשטרה מצדה אינה חייבת להשתמש בנשק". בהאיטי מוצבות הטלוויזיות בפינות הרחוב והאורחים, שברובם הגדול ידם אינה משגת לקנות מקלט, צופים בתכניות וקולטים מסרים.

כאשה עתונאית ורווקה חשה דומיניק סטאקו צורך להוכיח עצמה כל העת. את הדרך לקידומה היא רואה בעבודה קשה ושקטה, והיא מנצלת את רווקותה להתמחות ולהתקדמות. עבורה זו הוכחה, שנשים אינן מעוניינות רק בכסף ובנישואין, כפי שמקובל על הגברים במדינתה לחשוב.

דומיניק סטאקו (בצהוב) מהאיטי ויני האנטר מג'מיקה. קריירה למרות הכל. צילום: סקופ 80.

ניצול מיני בג'מאיקה

וויני האנטר, מנהלת אקזקטיבית של שירותי ההסברה בג'מאיקה, אשה תמירה, אצילית, חולשת בתוקף תפקידה הבכיר על הנעשה בטלוויזיה המקומית, הרדיו, יחסי ציבור ופרסומים של שירותי ההסברה, על התכניות המיוחדות המשודרות לכפרים, ועל מחלקת הצילומים הנספחת לשירותים אלה.

האנטר גאה בראש הממשלה, המקבץ נשים בתפקידים בכירים בפקידות הממשלתית, אך היא קובלת על כך שעדיין קיים בארצה ניצול של נשים בכמה מישורים, כולל ניצול מיני. היא מבינה, שמצבן הכלכלי הקשה של נשים אלה משפיע, לא אחת, על התנהגותן, אך אמונתה בבנות מינה, בעמיתתה מהאיטי, מוחלטת. "בג'מאיקה יש יותר נשים משכילות מאשר גברים, אחוז הצלחתן בבחינות גבוה יותר, הן בעלות מוטיבציה גבוהה, ואם נשים שולטות בג'מאיקה הן זכו בכך בצדק".

וויני האנטר משמשת הוכחה מובהקת לטענתה. את הקריירה שלה החלה במשרד החקלאות, עבדה וחסכה כסף ללימודים אקדמאיים. כשסיימה את לימוריה קבלה מלגה בעזרתה סיימה דוקטוראט באוקספורד. אחר כך ניהלה קריירה אקדמית ומשם עברה לנהל את מחלקת יחסי הציבור במשרד התיירות. השלב הבא – לשכת העתונות במשרד ראש הממשלה. אילו יומה היה מסתיים איישם היתה מתמסרת לאתגר שבחינוך ואפילו פותחת מסעדה, גם נושאים קולינאריים הם חלק משפע תחביביה. ■

לצד מכלול הבריכות הטרמליות שופעות המינרלים, ובתוך הנוף המקסים של הכנרת נפתחה עתה בחמי טבריה בריכה חדשה - אולימפית - עם מים מתוקים, ולצידה בריכה לפעוטות.

להנאתכם, לשפת הבריכה מדשאות, כסאות נח, שמשיות וקפיטריה.

עוד סיבה טובה לבקר ולהנות ממגוון האפשרויות של חמי טבריה בתחומי הנופש הבילוי והמרפא.

אדונו במים
תרגיש בשמיים!

חמי טבריה הצעירה

לפרטים: טל. 06-791967

שלו קייטרינג

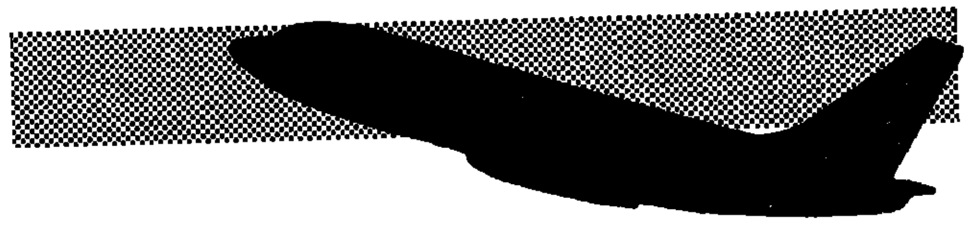
ארוחה על בטוח

על הארוע שלכם ידברו עוד הרבה זמן.

רח' מנורת המאור 8 ת"א 67448
טל: 217919, 03-265133

מקבוצת שפירא – 36 שנה במזון ואירוח.

פנוי, פנויה!
מטרתך להקים בית ומשפחה
פנו לאלי שלום
שדכן משפחתי פרטי
מאגר פנויים איכותי
טל' בבית: 03-990507, 03-991949 (גם בשבת).



לטוס ללונדון ב-1.38 ש"ח!

כן, עליך לשלם רק 1.38 ש"ח עבור 2 שקיות קמח־מצה (250 גר' כ"א)* של "מצות ישראל" ותוכלי להשתתף באחת מ־3 ההגרלות בהן יוגרלו 8 כרטיסי־טיסה חינם ללונדון ובחזרה (ללא מיסים).
כדי להשתתף בהגרלה, שלחי 2 שקיות ריקות של קמח־מצה מתוצרת "מצות ישראל" לת.ד. 1736 תל־אביב, (עבור: מצות ישראל) בצרוף שמך ומענך.
בהגרלות שתתקיימנה ב־3 באוגוסט וב־19 באוגוסט יוגרלו 2 כרטיסי טיסה בכל הגרלה, ובהגרלה האחרונה, ב־30 באוגוסט, יוגרלו 4 כרטיסי טיסה ועוד 100 חבילות־שי מתנת "מצות ישראל".
קני עוד היום קמח־מצה של "מצות ישראל" ואת עשויה לטוס ללונדון (בסתיו השנה) ב־1.38 ש"ח.

* קמח־מצה של "מצות ישראל" – להכנת תבשילים טעימים בכל ימות השנה. אידאלי להכנת כופתאות־מרק, קציצות, פשטידות, עוגות ואפילו... שניצל (במקום פרורי לחם).

ההשתתפות אסורה על עובדי "מצות ישראל" ומשרד פרסום טל.
ההגרלה תערך בפיקוח רו"ח החברה.

רותי קינן

לרוויה

כי חשוב בקיץ – אומרים לנו – זה לשתות הרבה. גם הכי מעשי והכי מתחשק. לצד כל המוכנים בצנצנות ובבקבוקים, בפחיות ובמיכלי פלסטיק – אפשר לחזור גם למקורות, למשקאות המיוצרים בבית, על טהרת המוצרים שבהישג יד – פירות, חלב, קפה, תה ושאריות מכל הבא ליד.

משקה קייצי מענג מכינים בן־רגע ולא צריך הרבה דמיון. נסו את הלימונדה הקרה שאת מתכונה הבאנו כאן בשבוע הקודם (הרבה מיץ לימון, הרבה סוכר, מים או מי סודה קרים מאוד, קרח ופרוסות לימון). את הבסיס המרענן הזה אפשר לגוון בכל פרי עונתי – פרוס לפרוסות וזרוק בקנקן. אפשר להשתמש בה כבסיס למשקאות אלכוהוליים (מוסיפים ג'ין – והרי ג'ין קולינס) או כבסיס לשייקים של פירות (במקום חלב).

המשקאות שנביא כאן יכולים לצנן את הקיץ גם לאלה המכורים למשקאות החמים. הקפה – בווריאציה הקרה שלו, התה והשוקו – כולם מתאימים לשמש גם סיומים נפלאים לארוחות קלות.

כמה עצות על רגל אחת:

* קפה שנותר במיכל הפרקולטור הוא בסיס מצויין לקפה קר וכן לתיבול גלידות ומילקשייקים.

* תה קר הוא משקה שאפשר להכין כהרף עין. נסו אותו מתובל בלימונדה שלעיל. הלימונדה תצא נשכרת מתוספת הצבע והארומה והתה – מהמתיקות וטעם הלימון.

* אם אתם עוד לא מגדלים אותה בעציץ – דאגו שתהייה לכם אספקה שוטפת של נענע מכל מקור שהוא – הנענע מוסיפה לא רק טעם וריח; אלא גם הידור ונוי למשקאות הפשוטים ביותר.

* לקראת קניית הפירות הטריים החדשים – ערכו סדר במגירת הפירות שבמקרר ומיינו את הפירות שאינם מתאימים עוד להגשה, הרכים מדי, הפגומים, אלה שאינם טעימים או שנותרו מכל סיבה שהיא, – השליכו את כל הפירות לסיר. מלאו במים והוסיפו סוכר לפי הטעם. בשלו עד שהפירות רכים.

את התערובת שנוצרה אפשר לצקת לצנצנות. לחילופין, אפשר להעבירה תחילה במטחנה או במעבד מזון, מצננים היטב ושותים בהנאה.

קפה קר. למי שלא יכול לוותר על קפה גם בקיץ

קפה קר

מי שלא יכול בלי קפה אבל רק המחשבה על המשקה החם בשעות של טרום שקיעה מפעילה אצלו את בלוטות הזיעה – שינסה את הגירסה הקרה. תוספת של גלידה או קצפת הן אופציה, אך לא הכרחיים. לעומת זאת, כדאי לנסות להוסיף לתמצית הקפה מעט מאוד (עד כפית מחוקה) אבקת שוקו מהיר הכנה. מעדן!

החומרים (ל־4 כוסות):
4 כפיות גדושות קפה נמס
¼ כוס מים רותחים
סוכר או ממתיק מלאכותי, לפי הטעם
3 כוסות מים קרים
קרח
חלב (לא הכרחי)
קצפת (לא הכרחי)
גלידה (לא הכרחי)

ההכנה:
בכוס רגילה, ממיסים את אבקת הקפה הנמס במים הרותחים. מוסיפים את הסוכר או הממתיק המלאכותי. מעבירים לקנקן גדול ומוסיפים את המים הקרים. מגישים עם המון קרח, חלב, קצפת או גלידה – אם רוצים.

להזכירכם, אפשר להשתמש כתוספת או כבסיס בכל סוג אחר של קפה - פילטר, פרקולטור ואפילו קפה תורכי מסונן (בלי המשקע – אפשר לבשל כרגיל, אפילו עם הל ולהעביר מבעד לחרוט נייר פילטר).

שוקרנענע

משקה שוקו קצת אחר. לא לשכוח את עלי הנענע המשמשים גם בקישוט.

החומרים (ל־4 כוסות):
4 כוסות חלב
צרור נענע
מעט תמצית מנטה (לא הכרחי)
2 כפות גדושות אבקת שוקו מהיר הכנה
סוכר, לפי הטעם
קצפת (לא הכרחי)

ההכנה:
מרתיחים כוס מהחלב. מניחים את צרור הנענע (שוטפים תחילה את הצרור ורצוי גם למרוט את העלים, אבל אם אין זמן – מניחים את הצרור כולו בקנקן).

מדור פרסומי

בשר 100%
עוד "טאק טורו" על הצלחה!

מאת: אסנת בוקומצר

"טאק טורו" — 100% בשר מעולה ● חוויה גסטרונומית ● בשר דל שומן — דיאטה עם הנאה ● משווק לרשתות השופר־סל ● 30,000 לקוחות מרוצים יום יום ● נתחים רזים — טעם משובח

30,000 לקוחות מרוצים של "טאק טורו" יכולים שוב לומר "ידענו שאפשר לסמוך עליכם".

כבר בימים אלה יוצאות יום יום 5 משאיות ממוזגות לרשתות השופר־סל עם מעדן הפלא החדש של "טאק טורו" – **"המבורגר דל־שומן" ו"סטייק דל־שומן".**

"טאק טורו" – מפעל המתמחה בייצור בשר בקר (סטייקים, המבורגרים, קבבים וכו'. הבשר מגיע בעיקר מארגנטינה ומאורוגוואי וידוע באיכותו הבינלאומית -- כל סוג בשר מקבל את הטיפול המיוחד לו ע"י מומחה. הטיפול נעשה באוטומציה מלאה, ללא מגע יד אדם ובפיקוח של וטרינר ומשגיח כשרות).

כדי להוציא לשוק את המוצר הטוב ביותר עבד "טאק טורו" עם טובי טכנאי המזון, אשר הצליחו בשיטה מיוחדת להוציא מהבשר את הנתחים הרזים ביותר וע"י טיפול מיוחד הם סופגים את הטעם האוריגינלי והמשובח, כאילו היו הנתחים השמנים ביותר. פשוט חוויה גסטרונומית.

את **"המבורגר דל שומן" ו"סטייק דל שומן"** של "טאק טורו" ניתן כאמור להשיג ברשת חנויות השופר־סל וגם במסעדות היוקרה.

לכן מהיום אין צורך להסס: "בשר משמין".

מהיום, בכל מסעדה בה תמצאו את השלט של "טאק טורו", תוכלו להזמין את ה**"המבורגר דל שומן" ו"סטייק דל שומן"** – ליהנות מטעמו הנפלא. ואיזה פלא, גם יסורי המצפון נעלמו

"במיקס"
מטה הקסמים של עקרת הבית

מהיבואן לצרכן

מבצע! שי לכל רוכש סכין לטחינת בשר

BAMIX / תוצרת ESGE, שוויץ

מודל משופר 133–M 140W 15,000 סיב. בדקה

"במיקס" — מכשיר אחד הכולל:
מקצף + בלנדר + מערבל + מטחנה

ה"במיקס" - ★ מבצע את כל הפעולות, תוך שניות ספורות **ישירות בכלי:** כוס, כד וסיר. ★ מתנקה בקלות בשטיפה רגילה (ללא פירוק) ★ קומפקטי ★ כולל מעמד (הניתן לתליה על הקיר או על משטח), מטחנה, כד ו־3 סכינים ★ **מתאים גם:** לשומרי משקל, מזון לתינוקות ולהכנת מאכלים במהירות.

מצורף ספר מתכונים הוראות הפעלה באנגלית / צרפתית / או גרמנית **והוראות הפעלה בעברית;**

אחריות לשנה! רק 48 ש"ח × 5 תש'
סה"כ 240 ש"ח כולל מ.ע.מ. ומשלוח.

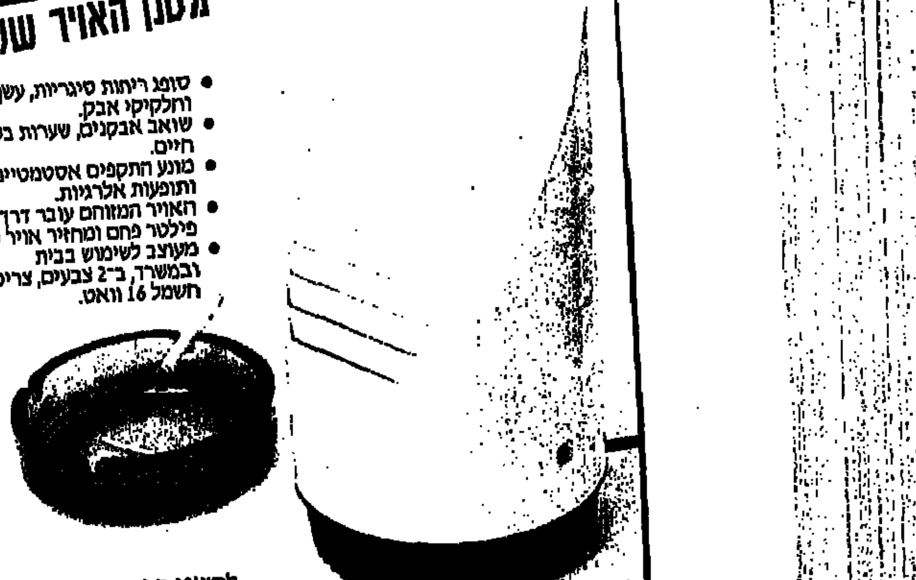
ניתן להזמין טלפונית באמצעות כל כרטיסי האשראי והמחאות.

אי.סי.טי שיווק והפצה
רח' קהילת לבוב 24 הדר יוסף ת"א טל. 03-473394

קלין אייר

מסנן האויר שלך

- סופג ריחות סיגריות, עשן וחלקיקי אבק.
- שואב אבקנים, שערות בעלי חיים.
- מונע התקפים אסטמטיים ותופעות אלרגיות.
- האויר המזוהם עובר דרך פילטר פחם ומחזיר אויר נקי.
- מעוצב לשימוש בבית ובמשרד, ב־2 צבעים, צריכת חשמל 16 וואט.



להשיג בבתי־מרקחת
שיווק והפצה:
א.א.ש – סוקולוב 2, רמת־גן, 03-7515165.

יוצקים על הצרור את החלב הרותח ומשהים כ־5 דקות. מוציאים את צרור הנענע ומוסיפים כמה טיפות של תמצית מנטה, אם רוצים. מוסיפים את אבקת השוקו וסוכר נוסף – אם אוהבים מתוק מאוד. מוסיפים את יתר החלב הקר ומצננים היטב.
יוצקים לכוסות נאות ומערימים מעל המשקה קצפת, אם רוצים. מקשטים בעלי נענע – חובה!

תה קר מתובל

אין סוף לגיוונים שאפשר להוסיף לתה הקר – לימון, תפוז, ליים, נענע – כולם מוכרים ואהובים. נסו את שתי הוריאציות הבאות:

תה קינמון:
חולטים את התה (עלים או שקיקים) בכמות המתאימה ל־4 כוסות (4 כפיות או 4 שקיקים) בכוס מים רותחים. מוסיפים למים מקל קינמון באורך 5 ס"מ בערך. משהים כ־10 דקות. מוציאים את מקל הקינמון ומוסיפים מים וקרח שישלימו את הכמות ל־4 כוסות. מגישים קר מאוד, עם תלולית של קצפת שקינמון טחון זרוי עליה.

תה שושנים:
מוסיפים לתה הקר מעט תמצית ורדים. ממלאים קנקן זכוכית שקוף, מוסיפים קרח ועלי כותרת של וורדים, שיצופו על פני המשקה.

משקה שוקו ונענע. שוקו מבושם במנטה

לאסי – משקה יוגורט הודי לא מתוק

למי שלא אוהב מתוק – הרי הוואריאציה הלא מתוקה של המשקה ההודי המרענן.

החומרים (ל־4 כוסות):
3 גביעי יוגורט
2 כוסות מים או מי סודה קרים
קורט מלח
קרח

ההכנה:
מערבבים את כל החומרים בקנקן גדול. אם רוצים לקבל תערובת קיצפית יותר, מערבבים בממחה (בלנדר) או במעבד מזון.

שייק פירות

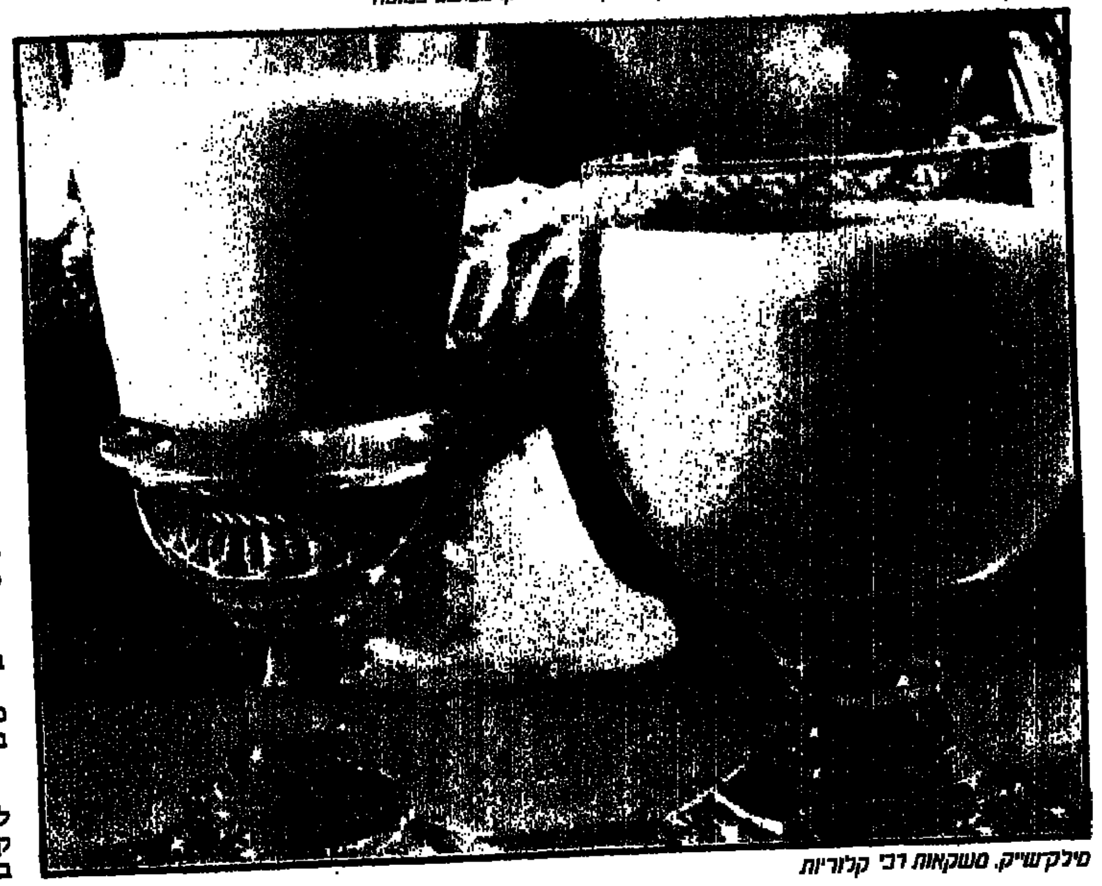
כל פרי מתאים להכנת שייק וכל משקה כמעט מתאים לשמש לו בסיס. לשומרי משקל מומלץ להתרחק מחלב – הוא מוסיף הרבה מאוד קלוריות לכוס. לעומת זאת, אפשר בהחלט להתבסס על מיץ של פירות או של תה – שניהם בסיסים נייטראלים למדי שעדיין יעניקו לפרי שאותו מרסקים בכורה בטעמו של המשקה.

שייק פירות מעורבים

החומרים (ל־4 כוסות):
2 כוסות פירות מעורבים, רחוצים, קלופים (אם צריך) וחתוכים לחתיכות קטנות)
2 כוסות חלב או מיץ פירות
דבש, סוכר או ממתיק מלאכותי – לפי הטעם

ההכנה:
מכניסים הכל למיכל הממחה ומפעילים עד שנוצרת מחית חלקה. יוצקים לכוסות.

תוספות:
לשייק פירות אפשר להוסיף הכל. להלן כמה מהתוספות שאותן אפשר להוסיף ישירות לממחה:
* כוסית ליקר, רום או ברנדי
* שמנת מתוקה – כתוספת או במקום חלק מהחלב
* כפית קפה נמס מומסת בכף מים (מתאים במיוחד לשייק בננות)
* כדור גלידה בטעם וניל
* קליפה מגוררת של תפוז או לימון או שורש זנגביל מסוכר, קצוץ דק או מגורד (מתאים במיוחד למשקאות המבוססים על פירות אקזוטיים).


מילקשייק. משקאות רבי קלוריות

מכשיר עולמי
אם ההר לא בא אל מוחמד

אם החבשיל לא הולך למחה – המחה בא אל החבשיל

מה למוחמד ולמשקאות של קיץ? שום דבר, כנראה, מלבד העובדה שהפתגם המפורסם מקבל משמעות הלכה למעשה כשמדובר במכשיר המסויים הזה, שיכין לכם, בין היתר, שייקים ומשקאות קיץ מוקצפים אחרים בן רגע.
אין זה אלא מעין ממחה (בלנדר), אלא שהוא אינו קשור למיכל כלשהו ומרסק־מערבב־מקציף מיני מזונות במקום בו אתם בוחרים לעשות זאת. ליתר הבהרה – אם אתם רוצים לרסק ירקות מבושלים למחית או למרק מוקרם – אין צורך לצקת את תכולת הסיר למיכל הממחה או מעבד המזון. משקיעים את המכשיר בסיר, מפעילים ותוך שניות – מתקבלת המחית הרצויה.
באותה צורה יבוא המכשיר (קוראים לו "במיקס") לתוך כוס רגילה – ויכין בתוכה מילק־שייק נהדר. היצרנים טוענים שהוא מסוגל לחולל נפלאות גם לטובת שומרי משקל: בעלון הצמוד אליו נאמר, שאם משקיעים את הבמקיס בחלב דל שומן קר מאוד (על סף הקיפאון) ומפעילים – מתקבלת מעין קצפת, המתאימה, כמובן, לשומרי מישקל. (את המיקצף שהתקבל אפשר להקפיא, אחרי שמוסיפים לו ממתיק מלאכותי – ומתקבלת גלידה).
גיליתי את המכשיר אצל חברה וקיבלתי אותו מחו"ל לפני מספר חודשים. באחרונה נודע לי, שמייבאים אותו לארץ. במטבחי הוא החליף במשך הזמן כמעט את כל המכשירים האחרים המיועדים לקצוץ ולמעוך. הוא קל, נייד וחוסך הרבה מאוד כלים מלוכלכים. דוגמאז בבקשה: במקום ללכלך את מיכל הממחה, טומנים את המכשיר ישירות בתוך קופסת שימורי עגבניות שלמות, למשל, או חצאי אפרסקים – כשרוצים לקבל מחית של עגבניות לרוטב או אפרסקים לגלידה.
ואם לא השתכנעתם מהתכונות המופלאות של המכשיר הזה, יש לו עוד הפתעות (ואגב, יש כמותו למספר חברות. כדאי רק לשים לב, לפני שרוכשים, מאיזה חומר עשוי המכשיר ומה מספר הסיבובים לדקה. מספר הסיבובים קובע את היעילות וטיב הביצוע של המכשיר).
למכשיר שבביתי מצטרפת גם מטחנה קטנה, המורכבת על להבי המכשיר וטוחנת החל מפולי קפה וכלה בסוכר.

אשף עולמי

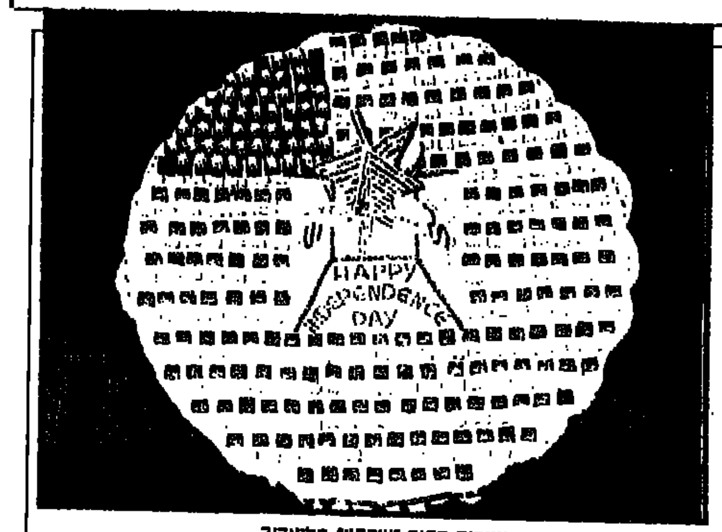
פריץ ריקלה (גרמניה) אוהב, ככל הנראה את המרחב הגיאוגראפי שלנו. עובדה, כ־5 שנים מתוך 28 שנותיו בילה במזרח התיכון, כשף־קונדיטור במלונות פאר. הוא עבד בארץ ולאחר מכן נדד לערב הסעודית ולמצרים וחזר אלינו, כדי לשמש קונדיטור ראשי במלון שרתון בתל־אביב.
אם תתקלו בו בלי כובע לבן גבוה וסינר של טבחים – לא תוכלו לנחש את מיקצועו ובוודאי לא את מוצאו. שחרחר, נאה מאוד, ו... דובר מעט עברית. "גם עבריתנו" אנחנו שואלים – "רק את המילים הרעות" הוא עונה בחיוך.
בערב הסעודית הגבילו אותו בהכנסת אלכוהול לדברי המתיקה והעוגות שהכין. בישראל מגבילים אותו חוקי הכשרות המחייבים קינוחים ועוגות פרווה. אבל פריץ חושב שהדבר תורם ליצירתיות. וזה ניכר ברעיון היפה שהכין לכבוד ה־4 ביולי, יום העצמאות האמריקאי. בכל שנה מפתיע מלון "שרתון" את השגרירות בעוגה מפוארת. הפעם הכין פריץ וריאציה על נושא הפסים והכוכבים של הדגל האמריקאי, עשויה כולה מעוגיות אישיות קטנות (פטיפורים).
פריץ ממליץ על הרעיון לכל אירוח: במקום להכין עוגה גדולה, מכינים עוגיות אישיות. כך לא קורה שנשארת מחצית העוגה. את העוגיות שלו אפשר להכין בקלות והן נשמרות היטב במקרר למעלה משבוע.
עוד עצה של פריץ – לא ממליץ לנשים לבחור בקונדיטוריה כמקצוע. לאפות עוגות זה עניין אחד. לסחוב אותן כל היום ממקום למקום – כדאי להשאיר לגברים...

פטיפורים עדינים

החומרים:
20 ג' חמאה
כוס סוכר
6 ביצים, מופרדות
½ כוס עמילן תירס (קורנפלור)
¾ כוס קמח

למילוי ולציפוי:
½ כוס ריבת מישמש
150 ג' מרציפן גולמי
כוס פונדן מוכן * או שוקולד מומס
צבע מאכל (לא הכרחי)

ההכנה:
להכנת שכבות העוגה, מקציפים את החמאה עם ½ כוס מהסוכר לתערובת אוורירית. מוסיפים את החלמונים וממשיכים להקציף. מקציפים את החלבונים עם שארית הסוכר לקצף נוקשה. מקפלים לתוכו את עמילן התירס ואת תערובת החמאה. לבסוף מוסיפים את הקמח בתנועות קיפול. יוצקים את התערובת לתבנית שטוחה של התנור (בגודל 40/40 ס"מ בערך). משטחים עם כף עץ ואופים בתנור שחומם מראש לחום גבוה (200 מעלות) עד שפני העוגה מזהיבים (כ־10 דקות). מוציאים ומצננים.
חותכים את העוגה לרצועות ברוחב 5־7 ס"מ. מורחים מחציתן בריבה ומצמידים כל 2 רצועות יחדיו. מורחים את פני העוגות בריבה. מרדדים את המרציפן, חותכים לרצועות ומניחים על פני כל רצועת עוגה. חותכים כל רצועה לפרוסות ברוחב 2 ס"מ ומניחים אותן על רשת, בתוך תבנית נקייה.
מחממים את הפונדו מעט ובזהירות, על להבה נמוכה. יוצקים ממנו על פני העוגות. אפשר לאסוף את הפונדו שזולף מתחת לרשת על התבנית, ולהשתמש גם בו. אם רוצים, אפשר לצבוע את הפונדו בצבע מאכל. אפשר גם לצפות את העוגות בשוקולד מומס.
* פונדו מוכן אפשר להשיג בחנויות המוכרות מוצרים לקונדיטוריות. מוכרים אותו במיכלים גדולים. בכמויות ביתיות, אפשר להשיג פונדו טוב למדי הנמכר תחת השם "שרבט" במעדניות, בעיקר בדרום תל אביב.



הדגל האמריקאי. 300 פטיפורים מתוך "שרתון" תל־אביב

מרכז רפואי כמרכז בריאות

מאת א. בת־צבי

פרופ' מתתיהו ולצר, המנהל הרפואי של המרכז הרפואי החדש של קופת־חולים "מכבי" בחיפה, מעדיף לכנות את המשכן החדש בשם "מרכז בריאות "מכבי". שכן לדעתו יש בשם זה כדי לתת ביטוי הולם יותר למיגוון השרותים הרפואיים ולאווירה הטובה והתרבותית השוררת במקום.

המרכז החדש, שבהקמתו ובציודו הושקעו 3.5 מיליון שקל, שוכן ברחוב הרצל, במבנה ששימש בעבר את בית הספר "אליאנס". האדריכלים זאב גינזבורג מתל־אביב ויצחק קביליו מחיפה הפכו את המבנה הישן לבית יפהפה, מודרני ופונקציונלי. בארבע קומותיו רוכזו כל השרותים הרפואיים והמינהליים, שהיו פזורים עד כה במקומות שונים בעיר ובמחוז. הוכשרו דרכי־גישה נוחות אל המרכז (גם לנכים), גינות־נוי ומגרש חניה רחב־מידות והושם דגש מיוחד על המראה האסתטי, החיצוני והפנימי של המבנה, על יחידותיו השונות.

עם הפעלתו של המרכז החדש לפני שבועות אחדים לא חל, למעשה, שינוי בשיטות העבודה המסורתית והיחודית של קופת חולים "מכבי", שהחותה של דגלה את הסיסמה: שרות רפואי ברמה מכובדת בקופת חולים ציבורית. כלומר, חברי הקופה ממשיכים לפנות אל הרופאים המטפלים או אל הרופאים המקצועיים, על־פי בחירתם האישית, ובמקרים שבהם יש צורך ביועצים מומחים או במכונים ראויים הם מופנים אל המרכז החדש.

מה כולל המרכז החדש?

מכון רנטגן עם אולטרה סאונד, מכון־לב, יחידה להמשך טיפול־בית, יחידות לאנדוקרינולוגיה, נפרולוגיה ולחץ דם, נוירולוגיה, נשים, ילדים, אורתופדיה, עיניים, אף, אוזן וגרון, מעבדות משוכללות, מכון לפיזיותרפיה, שדות אחיות ובית מרקחת. אגף מיוחד הוקצה למשרדי ההנהלה המחוזית וניתן בהם שרות משרדי לחברים.

בכל קומה הוקצה חדר מיוחד לצוות הרפואי ופינות המתנה נוחות לחולים, שקושטו ביצירות אמנות אשר הושאלו ע"י אמנים מהצפון, מעין תערוכות מתחלפות.

הקירות בכל הבית צופו בשטיחי קיר בצבע חום־בז', שנועדו לקשט ולשמר את הבית ומשמשים בו זמנית גם לבידוד אקוסטי.

בקומה השלישית מוקמה המעבדה המרכזית של הקופה בחיפה, עם ציוד מודרני, חדר קירור ומחלקות מיוחדות לבדיקות, בהן: המטולוניה, אנדוקרינולוגיה, מיקרוביולוגיה, ביוכימיה ועוד.

אגף מיוחד הוקצה בקומה זו לפיזיותרפיה, בראשותו של ד"ר יצחק רוזנר, רופא יועץ לפיזיותרפיסטים. בקומה השניה פועלת יחידה להמשך טיפול, הכוללת רופא, אחות, עובדת סוציאלית ועובדים פרה־רפואיים אחרים. עובדי היחידה יוצאים, בשעת הצורך, אל בתיהם של החולים, גם בפריפריה, או אל מקומות האשפוז שלהם, בכלל זה גם בתי חולים סיעודיים ובתי חולים למחלות כרוניות ומגישים להם, בשיתוף עם הרופאים המטפלים, את העזרה והטיפול הרפואי הדרושים. בקומה זו גם הוקמו שני חדרי ניתוח אמבולטוריים, אשר יופעלו בשלב מאוחר יותר, וכן אולם גדול ומרווח להרצאות, השתלמות, תדרוך ודיונים לסגל הרפואי.

את הקומה העליונה של הבית ייעדה הנהלת הקופה לשרותי רווחה לקשיש.

בעתיד הקרוב יופעל בה, בשיתוף עם שרותי הרווחה של עירית חיפה, מכון־יום לקשישים (גם לשאינם חברי הקופה) וייערכו בו פעולות שיקום, ריפוי בעיסוק, פיזיותרפיה וכן פעולות תרבות וחברה. לקשישים יסופקו במקום גם שתי ארוחות. תוכנית נוספת, שעתידה לקרום בקרוב עור וגידים, היא תוכנית הקמתו של מכון בריאות במרכז, שיצוייד במיכשור חדיש ומודרני ויופעל על ידי מומחים.

פרופ' ולצר, המנהל הרפואי של המרכז החדש, ד"ר סוזן פרלמן, סגניתו, ותמר מורגנשטרן, מנהלת המחוז, עמודי התווך של המרכז החדש, מציינים, כי בהקמת המרכז החדש הושקעו מחשבה, תכנון, מאמצים ומשאבים, כדי לרכז את כל השרותים היחודיים במבנה אחד, לשיפור רמתם, וכדי לאפשר לחברי הקופה לבחור ולקבל טיפול ואיבחון רפואי מהימן ומהיר.

ברכות לפתיחת המרכז הרפואי החדש של "מכבי" בחיפה

לקופת חולים מכבי
ברכות לרגל פתיחת המרכז הרפואי החדש
ג'ורא ניקולא
גובה קופ"ח: מכבי בנצרת
תחנה מרכזית נצרת, 06-571368

לקופת חולים מכבי
ברכותינו הנאמנות לפתיחת המרכז הרפואי החדש
י. קביליו ושות' אדריכלים בע"מ
חיפה

לרגל פתיחת המרכז הרפואי החדש במחוז חיפה והצפון
כמספר הלבנים – מספר הברכות
[illegible]בורג – מהנדסים
[illegible]אום הנדסי

לקופת חולים מכבי
ברכות והערכה עם פתיחת המרכז הרפואי בחיפה

לקופת חולים [illegible]
ברכותינו הנאמנות
מאחלים
ארגון הסגל האקדמי של [illegible]

מצטרפים לברכות סניפי הצפון

מרפאת קופ"ח "מכבי" המפרץ (ק. מוצקין)
רח' גורדון 6, חיפה 04-703905.

מרפאת קופ"ח "מכבי" הכרמל
רח' חורב 53 חיפה, 04-258286.

מרפאת קופ"ח "מכבי" נצרת עילית
רח' עצמון 16/99, נצרת עילית 06-556254.

מרפאת קופ"ח "מכבי" ק. אתא
מורדי הגיטאות 13 04-445551.

מרפאת קופ"ח "מכבי" כרמיאל
משעול הרקפות 5 ב' 04-988768.

מרפאת קופ"ח "מכבי" צפת
רח' הפלמ"ח 12 צפת 06-930165.

מרפאת קופ"ח "מכבי" נהריה
שד' הגעתון 54, נהריה 04-921192.

מרפאת קופ"ח "מכבי" זכרון יעקב
רח' המעפילים, זכרון יעקב 06-399395.

מרפאת קופ"ח "מכבי" ק. טבעון
רח' אלונים 57 א', ק. טבעון 04-932784.

מרפאת קופ"ח "מכבי" טבריה
רח' בן־זכאי 3, טבריה 06-721682.

לקופת חולים מכבי
עלו, חזקו ושגשגו במקומכם החדש
מבית חולים אלישע
הר הכרמל, יאיר כץ 12, חיפה

לקופת חולים מכבי
ברכות להמשך הדרך תוך שיתוף פעולה פורה
ד"ר [illegible]
חיפה

רביב משה ושות' בע"מ
חברה לבנין ועבודות ציבוריות
הקבלן הראשי של הבית
מברכים את
קופת חולים מכבי
עם כניסתם למשכנם החדש

קופ"ח "מכבי"
עלו חזקו ושגשגו במקומכם החדש
בית מרקחת "הרומית"
נצרת עילית

לקופת חולים מכבי
שאו ברכות עם פתיחת המרכז הרפואי החדש בחיפה
מאחלים
צורים
שווק ושרותי אדריכלים בע"מ

ד"ר משה רווח
והנהלת מרכז רפואי "מכבי"
מברכים את
פרופ' מתתיהו ולצר
על פתיחת מרכז רפואי מכבי בצפון

לקופת חולים מכבי
עם פתיחת המרכז החדש בחיפה
כה לחי!
מאחלים
גלבוע גזית (1982) בע"מ
מבצעי עבודות החשמל והנגרות במרכז הרפואי

קופ"ח "מכבי"
שפע ברכות
ד"ר ברגר

אלכס דורון
איור: איציק רנרט

כדורגלן מצטיין עם רגל זכוכית

ברוס מק'ללאנד, תלמיד תיכון בן 16 ממחוז באקינגהאמשייר באנגליה, ממקד אליו בימים אלו תשומת לב בין־לאומית. הוא מוכר באזורו ככדורגלן מעולה וגם כשחקן בדמינטון וסקוואש, אך לא בגלל יכולת ההבקעה שלו או כישוריו כלהטוטן כדור, מתעניינים בו אנשי מקצוע כה רבים – במיוחד רופאים ומומחים בהנדסה רפואית.

ברוס נולד ללא רגלו השמאלית ובכל זאת הוא מצטיין בספורט – לאחר שהתקינו לו רגל מלאכותית חדישה ביותר, מהברך ומכה. "עצם" הרגל התותבת שלו עשויה סיבי פחם וזכוכית וה"בשר" – מפלאסטיק. היא נראית כמו רגל טבעית לחלוטין. יתר על כן הרגל: "מתנהגת" כרגל אמיתית. בעקבה קפיצים מחוזקים, שמאפשרים העברת כובד משקל הגוף, לכריות הרגל והבהונות. הקרסול בר־סיבוב ומאפשר תנועה של הרגל מעל מישטח שאיננו ישר ומבלי לאבד את שיווי המשקל. בעבר הילך ברוס באמצעות רגליים תותבות מסוגים שונים, אך זו הנוכחית בלי ספק המתקדמת ביותר.

הרגל החדישה פותחה בידי חברת J.E. Hanger ברוהמפטון, לונדון. מומחיה השתמשו במחשב כדי לנתח את התנועות של אדם בריא בכל תנאי הליכה וריצה ועל פי זאת בנו את הרגל התותבת החדישה הזאת. הפרוייקט הוא חלק ממבצע מחקרי מיוחד של החברה המבקשת לזכות ברשיון לייצור מיתקנים כאלו עבור שירותי הבריאות הממלכתיים בבריטניה.

הרגל התותבת של ברוס היא איפוא עוד צעד מדהים ומפתיע של התקדמות מדעי הרפואה, מה שאיפשר להעניק לגוף האדם מימד חדש לחלוטין. כבר כיום ניתן למעשה "ליצור" אדם־באיוני כמעט בשלמותו, כלומר להחליף חלקים רבים מאד בגוף הטבעי של האדם, בחלקים ואפילו במערכות שלמות, מלאכותיות. ממש כמו במוסך לרכב...

פריטים רבים באברים המלאכותיים החדשים שבהם משתמשת הרפואה עשויים מקרמיקה משום שהיא מספקת בידוד טוב, כושר עמידות גבוה לחילופי טמפרטורה, היא חזקה ועמידה בפני שחיקה והיא גם בעלת משקל נמוך. מקרמיקה – תרכובת של קאולין, קווארץ וצורן – מייצרים בעיקר חלקי עצם להשתלה. מומחה גרמני, ד"ר גינטר זלצמן מויסבאדן, טוען כי הרפואה תרבה בעתיד להשתמש בקרמיקה משום שתלקי גוף מלאכותיים עשויים מחומר זה, ייהנו מכושר עמידות גבוה, לא יישחקו והציפוי העליון שלהם, הוא האופטימאלי ביותר שניתן כיום להעלות על הדעת. התברר כי הגוף קולט ללא קושי וללא דחיות אברים עשויים מקרמיקה.

הנה כמה דוגמאות ממה שכבר קיים ברפואה המודרנית בתחום הזה של אברים מלאכותיים.

● **לב:** לב מלאכותי כבר נמצא בשימוש די נרחב, אף כי הוא מהווה בעיני הרופאים בבחינת תחנת ביניים עד שתפותח שיטה אמינה ובטוחה ביותר להשתלת לב טבעי. יחד עם זאת מעריכים רופאים רבים כי מערכות חדשות של לב מלאכותי עשויות להחליף בעתיד גם את שיטת ההשתלה.

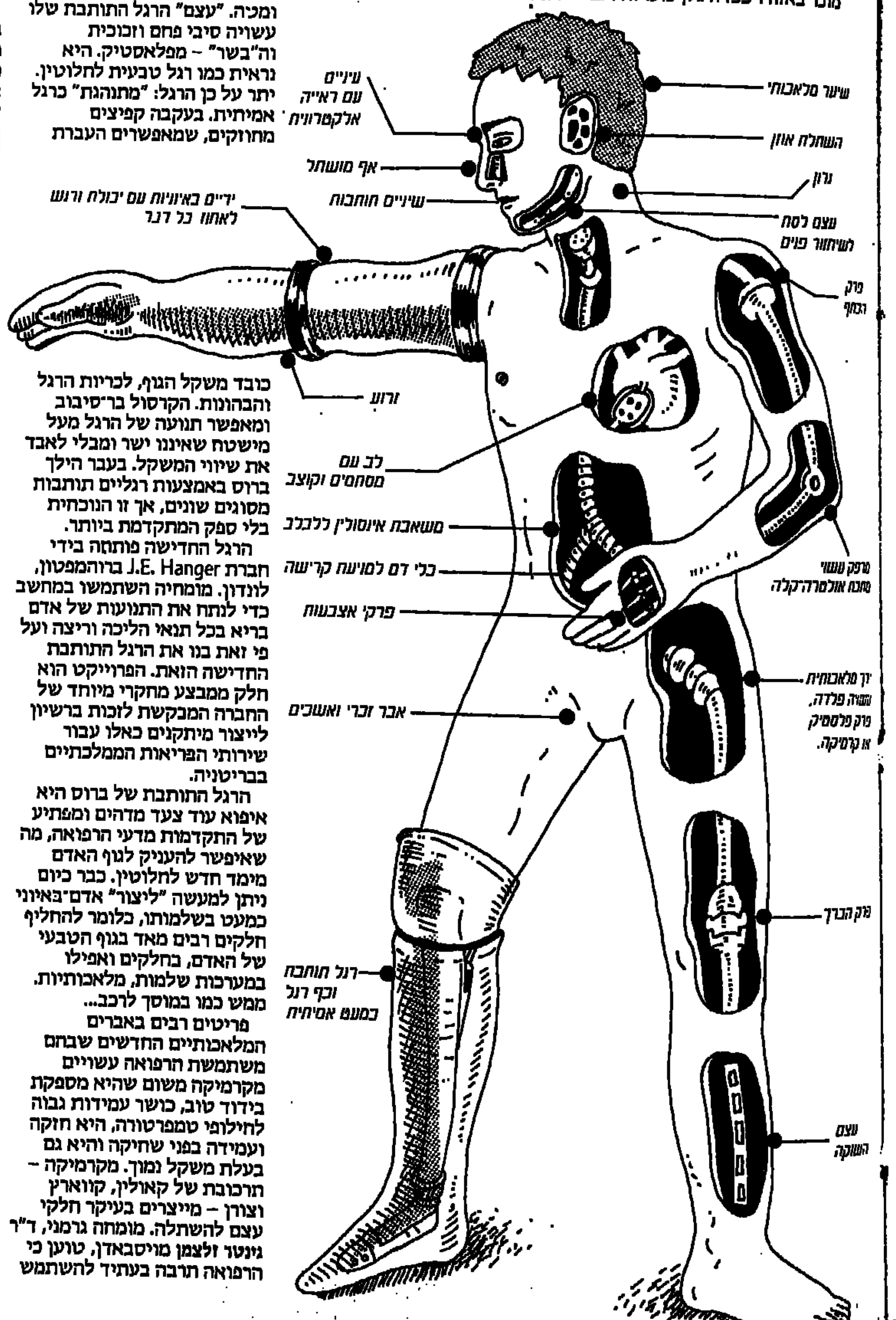
● **עיניים:** ההערכה המקובלת ביותר בקרב מדענים שבעתיד הם יוכלו -- שימו לב – להשתיל מצלמות טלוויזיה זערוריות בתוך ארובת העין, במקום עין טבעית שנפגעה והמערכת החדישה תתפקד כעין לכל דבר ובכך ניתן יהיה להביא רפואה שלמה לעיוורים (אם כמובן מערכות העצבים שבמוחם המתופקדות באמצעות מערכת הראייה, קיימים ולא מתו). המדענים שמעריכים זאת טוענים כי ניתן יהיה גם לחבר את מערכת הטלוויזיה הזערורית הזאת לעצבי המוח.

● **מערכת רבייה:** כבר כיום מצליחים רופאים לשחזר אבר מין זכרי או להתקין אבר מלאכותי. המנתחים אף מצליחים להשתיל אשכים מלאכותיים, אף כי ברור כי אלו הם אברים ל"צרכים קוסמטיים" בלבד ואינם מסוגלים למלא את תפקידם הביולוגי.

● **ידיים:** מי שנקטעה ידו, ימצא בקרוב תקווה לנכותו באמצעות יד באיונית שמתכנניה מבטיחים כי תהיה אפילו מצויידת ברגישות רבה לאחוז כל דבר. באמצעות חיישנים אלקטרוניים שיותקנו בה וימלאו תפקיד של עצבים, ניתן יהיה לתת פקודה ליד המלאכותית כיצד לפעול בכל מצב ומה לעשות.

● **אוזנים:** ב־1984 בוצע בבית חולים של אוניברסיטת אוכספורד ליד לונדון ניתוח מיוחד במינו והושתלה אוזן מהפכנית לסטודנטית ג'סיקה ריס. טכניקת ההשתלה והאוזן החדישה, המלאכותית הזאת, פותחה באוסטרליה. באוזן זו יש מיקרופון ומעבד אלקטרוני בגודל של קופסת סיגריות המצוי באורח קבע בכיסה של מושתלת האוזן כדי לכוון את עוצמת הקול. המעבד האלקטרוני משלח צפנים ואותות למערכת קליטה שהותקנה בתוך האוזן הפנימית וממנה למוח. זה חידוש גדול שעודנו מצוי בביקורת מתמדת.

ואלו הם רק חלק ממה שכבר קיים כיום ברפואה... ■



מבצע אמריקה
על כל 2 מגבות אמבט "אמריקה" -
מגבת שלישית מתנה

מצעים במבצע
לדוגמא: סט יחיד – 19 ש"ח בלבד

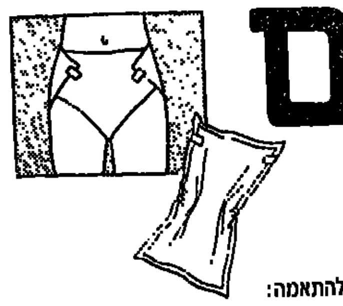
חלוקים "משגעים" בצבעים מרהיבים

מציאות: מגבות במשקל
על כל ק"ג – מגבת בי"ס מתנה

חנות המפעל: פתח־תקוה
אזור התעשיה ק. מטלון
מבטחים 6, 03־9223531

מבצע
ללא תקדים!
מהיבואן – לצרכן!
מבחר טפטים
תוצרת גרמניה
P.V.C, שטיחים מקיר לקיר
"טפטים אריק"
פינסקר 38, תל־אביב, טל' 03־293634.

תשובה טובה להרטבה-
מכנסונים



חלק מהאוכלוסיה סובל מהרטבה רצופה ובלתי נשלטת, הכוללת הרטבה לילית. לעזרה בהתמודדות עם הבעיה, מציעה חברת שקמה את המכנסונים החד־פעמיים.

המכנסונים הינם בעלי כושר ספיגה גבוה, שומרים על מגע יבש עם העור ומונעים מעבר נוזלים לבגדים או למצעים.
המוצר מתאים לילדים, לנשים ולגברים הסובלים מהרטבה כבדה, ובמיוחד למרותקים בבית או במוסד.

המכנסונים מיוצרים ב־5 גדלים, ויש להתאימם להיקף המתניים של המשתמש ולגובהו.

טבלת עזר להתאמה:

גודל המכנסונים	להיקף מתניים עד:	גובה
קטן	80 ס"מ	נמוך
ממוצע	100 ס"מ	בינוני
בינוני	120 ס"מ	בינוני
גדול	120 ס"מ	גבוה
גדול מאד	160 ס"מ	גבוה

מוצרי הספיגה החד־פעמיים של שקמה נותנים תשובה לכל פרט, בהתאם לכמות ההרטבה ולאורח החיים שלו. ניתן להשיגם בבתי המרקחת ובסופרפארם.

שקמה לשיפור חיי הפרט בע"מ
רח' השילוח 2 קרית מטלון
פתח תקוה 49514
טל' (03)9234424

הרטבה? יש תשובה. שקמה.

קרמון א

לפרפקט סרוויס
ולמיקי ארז ידידי
שפע ברכות והצלחה
מאחלים
שרגאי פרסומאים

אל תתיאש
קנה עוד סמאש!
הד־ארצי

"דידו"
הבצק
היצירתי
האיכותי
מערכות חדישות
לפיסול ויצירה
מבחר תבניות באריזות
מרהיבות ושמושיות

ניתן להשיג בחנויות המובחרות
וברשתות השיווק.
היבואן: טכנומרק בע"מ
טל. 03-839141.

משחק כאות

מה גורם לזוגות להחזיק מעמד באושר, שנה אחר שנה? הם יודעים את סוד המריבה הטובה: הם נלחמים על נישואיהם, במקום זה עם זה.

מה יש לזוגות מאושרים במשותף? במחקר שעשו צמד חוקרים אמריקנים, ז'אנט ורוברט לאואר, שחלקים ממנו מובאים ב"לוידיס' הום ג'ורנל", נבדקו 300 זוגות מאוד מיוחדים מרחבי ארצות הברית, שהיו נשואים 15 שנים או יותר - ועדיין הרגישו אושר רב וסיפוק.

החוקרים גילו עובדה מדהימה: חייהם של זוגות אלה אינם נעדרי מריבות. כמו כל זוג אחר, הם רבים, עולים זה לזו על העצבים, ולפעמים אפילו שוקלים גירושין.

המחקר לימד את החוקרים רבות על האופן בו אפשר להשיג נישואין טובים, מידע שאולי תוכלו לנצלו גם לתועלת חיי־הנישואין שלכם. הזוגות האלה יודעים משהו, שזוגות נשואים רבים אחרים אינם יודעים. הם מבינים, שלמרות שלמריבות יצא שם רע, הן בכל זאת גורם חשוב בחיי הנישואין. הם למדו את אמנות המרי־בה הטובה.

קודם כל, צריך לראות כיצד הזוגות האלה הפכו את המריבות שלהם לכוח חיובי בחייהם.

מה מבדיל בין זוגות אלה לבין זוגות אחרים? האם הם רבים על דברים שונים? למרבה הפלא, התשובה היא שלילית. הסוציולוגים רוברט בלאר ודונאלד וולף בדקו יותר מ־700 זוגות, ומצאו שכולם התקוטטו על אותם נושאים: כסף, ילדים, בילויים, אישיות, חותנים, מטלות, דת, פוליטיקה וסקס – בסדר זה.

חמשת תחומי־המריבה הראשונים הם מקורות שכי־חים למריבות. אבל בעיית המטלות – מי יעשה מה בבית – משפיעה על יותר ויותר זוגות, ככל שגדל מספר הנשים העובדות מחוץ לבית. הדפוס האופייני לגבי אשה עובדת הוא ליטול את האחריות העיקרית על הבית ועל הילדים. אפילו גברים, המעודדים את נשותיהם לעבוד בחוץ, לא תמיד מוכנים לקבל אחראי־ות שווה על ענייני הבית. נשים רבות אינן שבעות רצון מסידור זה, שמוביל למריבות רבות.

זוגות בשלבים שונים של נישואיהם רבים על נוש־אים שונים, וגם התדירות של המריבות אינה אותה תדירות. החוקרים גילו, כי זוגות בשלב ירח הדבש נוטים לריב בעיקר על ענייני אישיות – תכונות מעי־צבנות, אלה או אחרות, שהם מגלים זה אצל זה. הם גם מתווכחים כיצד לבלות את הזמן הפנוי ואיפה. מריבות בענייני כספים שכיחות אצל זוגות ותיקים יותר, אך המחלוקות בנושאים מתיישבות ככל שחולף הזמן.

למעשה, אצל זוגות בשלבים המתקדמים של נישואיהם מתגלעות פחות ופחות מריבות.

גם זוגות מאושרים, שמחזיקים מעמד יחד שנים רבות, עברו את השלבים האלה של המריבות. ההבדל הוא בכך, שהם יודעים את החשיבות שבהתמודדות הישירה עם בעיותיהם. נתון סטטיסטי אחד מרגיש זאת במיוחד: כאשר נשאלו כמה פעמים אחד מבני הזוג

עזב את הבית אחרי מריבה, 92 אחוז מהזוגות החיים באושר ענו, כי הם עוזבים את הבית לאחר מריבה לעתים נדירות בלבד, אם בכלל – זאת לעומת 36 אחוז מקבוצת הנשואים שאינם מאושרים. העקרון הראשון במקרה של ריב הוא, אם כן, לא לברוח מהמריבה, לראות אותה כאתגר שיש להתמודד איתו, לא כסימן של התדרדרות.

אחד היתרונות של ההתמודדות עם המחלוקת הוא, שהדבר מונע טיפוח רגשות טינה, העלולים לשחוק את היחסים. אשה אחת שהשתתפה במחקר הודתה, כי היא ובעלה רבים. "מובן שאנחנו רבים", אמרה. "חיי־הנישו־אין שלנו שווים שנריב בשבילם".

מספר יועצים לענייני נישואין ציינו, כי זוגות רבים שבאים אליהם אינם רבים. הם נמנעים מלריב, ולמרבה האירוניה – דווקא עובדה זו מחלישה את יחסיהם.

כמובן, לא כל ריב הוא ריב "טוב". יש מריבות שמ־סוגלות להרוס נישואין. רוב האנשים רואים במריבה מצב שבו יש מנצח ויש מפסיד. אך יש שני סוגים אחרים: כששני בני הזוג מנצחים, וכששני בני הזוג מפסידים. כולנו ודאי נוכחנו בתוצאות של מריבה בה יש רק מפסידים: כל צד יוצא מהמריבה כשהוא מרגיש מרוכדך ומובס. איש לא מרוויח. אך יש גם מצב, ששני בני הזוג מנצחים – מלבנים את הבעיות, והצדדים יוצ־אים מהמריבה כשהם מרגישים חזקים ומאוחדים. הזו־גות המאושרים לטווח־הארוך למדו כיצד להפוך את המריבות ביניהם למצב של "מנצחים בלבד".

למשל, סנדרה, נשואה 27 שנה, מסבירה: "גילינו, שכאשר יש לנו נקודות־מבט מנוגדות, אנו משוחחים זה על השקפתו של זו, ואז לוקחים זמן למחשבה. פע־מים רבות גילינו, כי כל אחד מאיתנו הצליח לשכנע את זולתו לאמץ את השקפתו. ואז זה לא הרעיון שלי מול הרעיון שלך, זה הרעיון שלנו". בחילופי־דברים כאלה, שני הצדדים יוצאים כשידם על העליונה.

אין צורך להיבהל ממריבה בין בני זוג. לפעמים זה עוזר יותר מ"שקט תעשייתי". בתצלום: גלנדה ג'קסון וג'ורג' סיגל בסרט "א' ה'..."

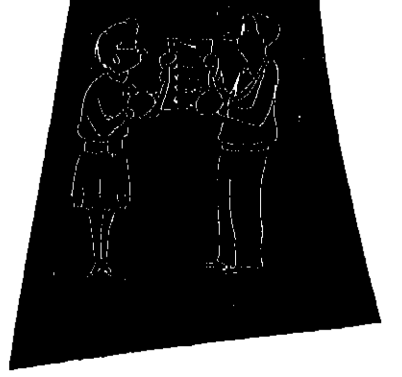
עשה לך ריב

איזה סגנון מריבה מתאים לכם?

כמובן, לא לכל הזוגות מתאים אותו סגנון מריבה. המומחים למדעי החברה מזהים חמישה סגנונות שונים:

★ הסגנון הראשון הוא תחרות, ובו יש הערכה עצמית גבוהה ביותר, לצד הערכה נמוכה את הזולת. המתחרה רואה במריבה מלחמה, ולדידו, המטרה היא לנצח, לא לדאוג לרגשותיו של "היריב".

★ הסגנון השני הוא התעלמות. המתעלמים אינם דואגים לאינטרסים שלהם, גם לא לאינטרסים של בני־זוגם. התעלמות יכולה לקטול חיי נישואין בקלות רבה.



★ הסגנון השלישי הוא פשרה. המתפשרים דואגים הן לעצמם, הן לזולתם. הם עומדים על שלהם, אך תמיד ממתנים את הדרישות שלהם, במטרה להגיע לנ־קודה כלשהי של הסכמה הדדית.

★ משתפי פעולה הם ההפך של המתעלמים. הם ניחנו ברמה גבוהה של דאגה לעצמם ולזולתם. וכך, הם נוטים לשאת ולתת כדי למצוא פתרונות יצירתיים לב־עיות. משתף־הפעולה רוצה ששני הצדדים יגיעו אל סיפוקם המלא.

★ הסתגלות, הסגנון החמישי, הוא ההיפך של התחרות. המסתגלים זונחים את האינטרסים שלהם לטובת האינטרסים של הזולת. הם מסוגלים לריב, אבל תמיד יתנהגו בהתאם לרצונו של בן הזוג.

כל אחד מאיתנו נוטה לסגל לעצמו את אחד מסגנו־

נות המריבה האלה, אבל לא תמיד אנו עקביים בקשר לסגנון שבחרנו. למשל, אדם שנחשב בדרך כלל למ־סתגל, עלול לנקוט לפתע עמדה תחרותית בנושא שח־שוב לו במיוחד. ברור, לא כל סוגי המריבות אכן מסייע־ים בשמירה על חיי־נישואין טובים. שילוב של שיתוף־פעולה, פשרה והסתגלות הוא הנוסחה הטובה ביותר.

סטיב, נשוי 30 שנה, מחליט במודע מתי להיות מסתגל ומתי להילחם באמת על שלו. "אנחנו לא מת־ייחסים לכל תקרית כאל אסון", הוא אומר. "אני מוכן להילחם רק כשאני מרגיש שהנושא שווה את זה. אם זו מחלוקת על רהיטים חדשים, אני אומר לאשתי שתע־שה מה שהיא רוצה, למרות שאני לא חושב שאנחנו באמת זקוקים לזה. לפעמים אני מוותר, ולפעמים היא מוותרת. אנחנו פשוט מאמינים, שרוב המריבות אינן חשובות כמו היחסים הטובים בינינו".

כמובן, מריבות בגלל עניינים שוליים עלולות להסו־ות בעיות עמוקות יותר. אך הזוגות החיים באושר שהשתתפו במחקר שומרים את כוחם להתווכח על ענ־יינים חשובים באמת.

מתי לריב

קומיקאים, פוליטיקאים ואוהבים, יודעים היטב את החשיבות של העיתוי. גם הזוגות שהשתתפו במחקר נוהגים לבחור בקפידה את העיתוי למריבות שלהם. רובם אומרים, כי משתלם לחכות קצת לפני שפורצים בריב. אסור לנסות לפתור את הבעיה תוך כדי כעס. "צריך לקחת זמן כדי להירגע קצת", יעצה אחת הנ־שים.

לפעמים המריבה פשוט נראית לא לעניין. למשל, אשה שמותחת ביקורת על הופעתו של בעלה ממש ברגע שנכנסו למסיבה, או בעל שנוזף באשתו לעיני חבריהם. מוטב לשני בני הזוג להקדיש מעט מחשבה לבעיה שעל הפרק, לפני שקופצים לוויכוח.

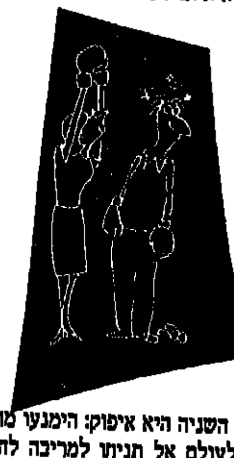
אמנות התקשורת

שיחה בלבד אינה מספיקה: הזוגות המאושרים בחיי הנישואין שלהם הדגישו שתי תכונות תקשורת חשו־בות בניהול מריבה. הראשונה היא הדדיות. התקשורת חייבת להיות כרוכה בדיבור ובהאזנה קשובה. חשוב להקפיד, שכל צד ישמע ויבין את הזולת. אחת המש־תתפות במחקר אמרה, כי היא נוהגת לחזור על טענו־תיו של בעלה בזמן הוויכוח, כדי לוודא שהיא אכן מבינה אותן.

התכונה החשובה השניה היא שמירה על ראש צלול – לא להיסחף מעבר לכל פרופורציה. אסכולה אחת גורסת, כי אנשים צריכים לתת ביטוי חופשי לכעס שלהם, "להוציא הכל החוצה". אבל המחקר הזה מעיד, שביטוי עויינות ואלימות נוטה לגרום עוד תוקפנות, במקום שלום. וככל שגבוהה יותר רמת התוקפנות המי־לולית, כך גדלה הסבירות שתתחיל גם אלימות גופ־נית.

לתקוף את הבעיות, לא את בן הזוג

תוקפנות מילולית עלולה לחסל את הבטחון־העצמי של אנשים ולשלול מהם את היכולת לבטוח באחרים. אבל אפשר לריב גם בלי לפגוע זה בזה. המשתתפים במחקר הציעו שתי דרכים כדי למקד את הוויכוח בבע־יה שעל הפרק. דרך אחת היא להגדיר את המריבה כמחלוקת על נושא כלשהו, לא כהתקפה אישית. אחד המשתתפים אמר, כי חשוב מאוד "לראות במריבות רק מחלוקות, ולא איום לשלמות הנפשית".



ההמלצה השניה היא איפוק: הימנעו מהפיתוי לפגוע בבן הזוג. לעולם אל תניחו למריבה להיגרר למרתון של עלבונות, שעלולים להותיר צלקות בל־יימחו.

המבקשים לריב בצורה בונה יצטרכו אולי לשנות את נקודת־המבט שלהם. אלה החושבים שמדובר במצב של מנצחים ומנוצחים, יצטרכו לקבל את העובדה שש־ני הצדדים יכולים לנצח. הם צריכים לנסות לשנות את סגנון ההתמודדות שלהם עם הבעיות, מסגנון של תח־רות לסגנון של פשרה, או שיתוף פעולה.

דרך אחת להשיג את השינוי הזה היא לנתח את הוויכוחים שהיו לכם בעבר. האם הם עסקו בנושאים חשובים או שוליים? האם מישהו מכם נשאר עם רגשות טינה, משום שלא נתן ביטוי אמיתי לרגשותיו? האם הוויכוח נעשה בעיתוי הנכון? האם הוויכוח התדרדר לכלל עלבונות אישיים? האם באמת הקשבתם זה לזו?

לסיכום, ויכוח יכול להיות מצב של "מנצחים בל־בד", כאשר שני בני הזוג חושבים גם על טובת הזולת. פירוש הדבר הוא ללכת עוד צעד קדימה לקראת בן הזוג, נכונות לתת לפעמים יותר ממה שמקבלים. מי שמבקש לטפח יחסים מאושרים שמחזיקים מעמד, צריך לעשות לו למטרה לא רק לפתור את הבעיות באמצ־עות מריבות – אלא גם לחזק באמצעות ריב טוב את הקשר הבינזוגי.

(הביאה לדפוס: שרית פרקל
לפי לוידיס הום ז'ורנאל
שרות בלעדי ל"מעריב")

סיפור

יוסף צוריאל

טרמפ לקנדה

ברגעים הראשונים התנהגה מיכל כאילו בטעות עלתה על הרכב שבבעלות הגבר שלידה. היתה בדרכה מבית הספר לרפואה שליד בית החולים הדסה, לדירה המשות־פת לה ולשתי סטודנטיות בשכונת בית־הכרם. כלל לא העלתה על דעתה שבכניסה למכונית, סג־רה תקופה ופתחה תקופה בחייה.

בלבוש מרושל, כהרגלה, ושער פרוע, כמנהגה, צע־דה לכיוון תחנת האוטובוס. ומתוך ליאות הניפה יד לעבר רכב פרטי שנסע לאט. והנהג בלם. מרחק מטרים ספורים ממנה. והיא, בעייפות מופגנת, קרבה אליו, ומ־המדרכה שאלה אם הוא נוסע למעלה.

השיב הנהג בחיוב. וכמי שעושה טובה למסיע, הת־יישבה לידו, בלי לאמר תודה. רק העיפה מבטים חטו־פים בו, מתוך חשדנות, או סקרנות. וכשהגיעו לצומת, קטע הנהג את השקט. שאל לאן היא צריכה. ענתה שתרד ליד המרכז המסחרי. הניח לה לכמה דקות. אחר כך שב ושאל אם לפנות שמאלה או ימינה. התרככה מעט. וכבר הגיעו לצומת שני. כאן נהגה בבעל הרכב כאילו היה נהג מונית. אמרה לו בחצי פה: תפנה שמא־לה בבקשה.

פנה. ונסע עוד כמה עשרות מטרים. עד שאמרה לו: זהו. ופתחה את הדלת. כדי לרדת. ומתוך נימוס, או שנדלק בה זיק של סימפטיה לגבר שלידה, אמרה לו: היית יותר מדי נחמד. שאל אותה: ואת שמי לא רוצה לדעת? השיבה עם עוית של חיוך: למה לא. אם תגיד לי. אמר לה: שמי עמי. ונפרדו.

לא ידע עמי שהיא סטודנטית לרפואה שנה רביעית, והיא לא ידעה שהוא קבלן־משנה במרכז הרפואי, שבו היא לומדת. אבל בפגישה השניה, שהיתה מקרית כמו הראשונה, ובקרבת אותו מקום, כבר היה לשניים על מה לשוחח. התחיל לראות בה חידה שכדאי לנסות לפענח. והיא התרשמה במיוחד מההתנהגות הגברית הפראית־משהו שהיתה טבועה בו.

את הסוד שלו גילה לה בפגישה החמישית. זה קרה לאחר שהבין שמיכל קצת קשורה אליו. סיפר כי הוא ערבי וכי שמו האמיתי עאקל ולא עמי.

וכמו בסרטים, שחוט השדרה שלהם הוא בהפגנת העוצמה שביחיד, אותו עמי לא לקח אותה בפגישה השניה למסעדה, ולא ניסה להרשים אותה בספרות, ולא דיבר אתה על מושגי יסוד ברפואה. הוביל אותה למקום שבו יש אורוות סוסים. ובלי מלים רתם לה אחד, וכבר היא על הסוס, והוא מחזיק ברסן, וצועד סמוך מאד אליה.

רעדה מיכל מהתרגשות. ומבלי שתחשוב על כך, מצאה את עצמה לופתת את כתפו. ועמי, כשובבות השמורה למי שגבריותו היא כרטיס הביקור שלו, הציע לה שתסמוך יותר על הסוס, ותניח לו. ושניהם צחקו, תוך שהם מטיילים באיזור המוכר לו היטב, אבל זר לבחורה שאתו. והוא, כמכניס אורחים, ניסה להסביר לה היכן היא נמצאת, ומה קרוב, ומה רחוק, וראשה בעננים. התפעלה מהסוס שגופו מצוחצח וממורק. והתפעלה עוד יותר מאופן צעידתו. ומבלי לדעת את ערך המלים, דיקלמה: בטח סוס ערבי אציל. ועמי אישר. עם חיוך של שומר סוד.

את הסוד שלו גילה לה בפגישה החמישית. זה קרה לאחר שהבין שמיכל קצת קשורה אליו. הזמין אותה לביתו, בסביבה ערבית, בירושלים, וליד גחלים לוחשות, במרפסת סגורה, הלם בה. סיפר כי הוא ערבי, וכי שמו האמיתי עאקל, ולא עמי. וגם גילה לה שמוצאו מנצרת, והשכלתו תיכונית, ונמצא שבע שנים בעסקי בניה.

שמעה מיכל את הפרטים האלה, ולא העמידה פני מרומה. נשארה אתו עוד שעה ארוכה, כשהוא המבוייש, והיא הנבוכה, אך שניהם מתנהגים כאילו הכל גלוי וידוע. לגמו ספלוני קפה, וחזרו וטעמו מהמעדנים שלפניהם. ודברו על המפריד ביניהם, כבני אדם, כגבר ואשה, כיהודי וכערביה. ובפעם הראשונה חשה מיכל כאילו ניטל הפיקוד מעאקל, שהוא עבורה עדיין עמי, ונמסר לידה, וכעת היא צריכה להחליט מה הלאה. אתו או בלעדיו.

היו ביחד עד אור הבוקר, ובדרך לעבודה הוריד אותה ליד הבית, ונפרדו מבלי שייקבע מועד לפגישה נוספת. והוא ידע שאם ירצה לראותה, יוכל בלא כל קושי. והיא איפשרה לו להבין, שעובדת היותו ערבי, לא מונעת ממנה להיות בקשר ידידותי אתו.

שבועיים אחר כך הסביר עאקל למיכל, כי מה שקרה ביניהם משול בעיניו למלאכת הטיח. כמות קטנה או גדולה של מלט, הנזרקת אל הקיר, תמיד תשאיר סימן עליו. והשאלה היא כעת, מה עושים עם הסימן הזה. המושג מעולמו המקצועי של עאקל, מאד מצא חן בעיני מיכל, והיא צחקה כאילו לא שמעה מעולם חכמת חיים בריכוז כה גבוה. ובפעם הראשונה קרבה אליו, וחבקה אותו, והעבירה אצבעותיה בשערו השחור והמתולתל. והוא רק חייך. ולאחר שהתרחקה ממנו, נשען על הכרית, וכמו בסביבתו הטבעית, פלט את המלים: "יא רבי".

את שברי החויות מהפגישה האחרונה עם עאקל, נטלה מיכל לחדר. וכשהיא לבד, נסתה לשחזר את מה שתגדיר פעם כהרפתקאה, ופעם כמעשה שטות שעוד תתחרט עליו. ומבלי שתרצה, חלפו לנגד עיניה בני משפחתה, עם הסבים והסבתות, וזוג ההורים, ושלושת האחים, ומאחוריהם מסכות ארוכות של מעשים וחלומות שכולם גזורים ממלה אחת – ציונות.

לא ראתה מיכל את עצמה נישאת לערבי. זה היה ברור לה. וגם לא העלתה על דעתה שעאקל יכול להיות לה חבר ורע לחיים. אבל החודשיים שהיא אתו, הותירו כבר עקבות, אם לא בראשה, אזי בלבה, ומבלי שתהרהר הרבה החליטה, שהגבר מנצרת טוב לכמה שעות גנובות, בין הבחינות, בשעות שאין מה לעשות, בשביל להתרענן.

פרקה מעליה את השקר, רק כאשר השתכנעה שלטווח הנראה לעין, עאקל הוא הגבר שהיא רוצה בו. ושהעולם יילך לעזאזל. זה היה בעונת החופשה שלה. במעבר לתקופת הסטאז'. יצאה אתו לטיול בגליל. והיתה ביניהם הסכמה שאין טעם למהר. ושצריך לתת לזמן לעשות את שלו.

בארבעת הימים שהיו ביחד, מיכל לא שוחחה אתו על העבר הציוני של בני משפחתה. לא ספרה לו על המעמד המקצועי החשוב של אביה ואחיה הבכור. לא הפגינה כלפיו רגשי עליונות, כבעלת השכלה רחבה, כפורטת על פסנתר, כבת טובים מפונקת. ועאקל חלק לה מלוא החופן תשומת לב, תוך שהוא מוליך לעברה פרטים מהרקע החמולתי שלו, בנצרת, עם כבוד המשפחה, וכבוד ההורים, ותחושת האחריות ההדדית.

רק בשיחות שבאו לאחר מכן, הונחה כל האמת על השולחן. החלו בחשיפת עצמם כלפי חוץ על ידי הצגת עאקל בפני חבריה של מיכל לדירה. ואלה שהיה להם מושג על המיוחד והשוני שבמערכת היחסים בין השנים, לא לגלגו, ולא הטיפו. קבלו את המידע כמות שהוא. ואפילו השתדלו להיות יותר מבינים ויותר מתחשבים ממה שניתן לצפות מהם.

העימות הראשון, שהיה רווי ספקות וחששות, נוצר במהלך ביקור אצל הורי עאקל בנצרת. חשבה מיכל, כי מכאן רצוי להתחיל את המסע הארוך לתוך אי הודאות. וקיבל את דעתה. נסעו במיוחד לפגישה, מבלי להודיע דבר, לא לאב, לא לאם, ולא לאחים. וכשעמד עאקל לבדו מול אביו, בחדר האורחים המרווח, סיפר לו על הנערה היהודיה שאתו. שמע האב. ושתק. אחר כך שאל: הוריה יודעים? השיב עאקל: עוד ידעו. העיר האב: יהיו בעיות. והציע לבנו לא להיחפז.

כשיצא עאקל מהפגישה הקצרה עם אביו, מצא את מיכל משתעשעת עם בת אחיו, ועם המלים הבודדות בערבית שקלטה לפני שנים באיזור מגוריה בתל־אביב. ולאם עדיין לא היה מושג על הבחורה שאולי היא יהודיה, ואולי נוצריה, ורק סמכה על עאקל שלא יעשה שטויות. ונזכרה שכבר הרבה פעמים הבטיח לה, כי כאשר יינשא, האשה שיקח תהיה ראויה לו ולמשפחתו.

אל התחנה הבאה, במסעם לבלתי ידוע, הגיעו רק לאחר ששוכנעו שאין עוד ברירה, אלא להתייצב מול האמת. ולהיות ערוכים לחבטות קשות. הקצו לעצמם ארכה של ארבעה חדשים, כדי להיערך לפגישה עם הוריה של מיכל. וביניהם היה מוסכם שלא צריך להודיע על בואם, כשם שלא צריך לרמוז על לאומיותו של עאקל.

התייצבו ביום רגיל. האב היה לאחר שעות העבודה. האם היתה טרודה בעניני הבית. וכשם הגיעו, לא צהלה מיכל, ולא התנחנחה. נכנסה ראשונה לחדר האורחים, ואחריה עמד עאקל, וכבדרך השיגרה הציגה את מי שהיא כינתה "חבר שלי".

שמע האב. ושמעה האם. ועדיין לא ניכר על פניהם סימן של התרגשות. ישבו הארבעה, והיו צריכים לדבר על נושא כלשהו. וכמו בשיחת גישוש, ששלובים בה סקרנות, מידה נאה של הכנסת אורחים ועניין, גרר האב, בעדינות אמנם, את עאקל שיאמר מי הוא, ומנין בא, ומה השכלתו.

היה יכול עאקל לדחות בכמה דקות את הסגרת מוצאו, אבל החליט להניח מיד את הקלף העיקרי שלו על השולחן. ויהיה מה שיהיה. אמר: "אני ערבי ישראלי. מנצרת". ומיכל שלידו לא הסמיקה, ולא התבלבלה. נענעה בראשה כמאשרת כל מלה.

אביה, שנולד במזרח־אירופה, ורכש השכלה גבוהה בצרפת, ונחשב לבן הארץ בדרך התנהגותו ובאופן דיבורו, לא הסגיר מיד את מה שהתחולל בתוכו. האם לא כלמה את עצמה. וינקה ממקומה ויצאה החוצה ונחתה בחדר השינה. אחר כך התברר, כי מיהרה לשם כדי להתפרץ בבכי. וכך להקל במעט על עצמה.

מהאב נפרדו כשהוא במצב רוח קשה, אבל שומר על ארשת פנים של מי ששקוע במחשבות. לאם ניגשה מיכל, כדי לאמר לה שלום, ומצאה אותה במצב של מי שקיבל ידיעה על אבדן בן יקר.

בדרך לירושלים החליטו מיכל ועאקל להניח להוריהם לעכל את הבשורה. ואחר כך להחליט מה הלאה. וכשהגיעו לשערי העיר, ופנה ימינה כדי להביא את מיכל לחדרה, בקשה ממנו שיסע אליו הביתה. השעות שהיו ביחד, היו אמורות להיות שעות של חשבון לשניהם. ואמנם הלילה הראשון שלהם במטה אחת, היה בו די כדי שיביא אותם להחלטה כי לא יפרדו. בשום מחיר. ואם ההורים לא יכירו בנשואיהם, זו תהיה בעייתם, לא בעיית עאקל ומיכל.

נשארו השנים בעמדת המתנה, כשהיא ממשיכה ללמוד, והוא ממשיך לעבוד, ואם בעבר התראו כל יומיים־שלושה, הרי מעתה הפגישות היומיות היו לעניין שבשגרה, וכל מי שרצה לדעת שעאקל ומיכל חיים ביחד, ומבלים ביחד, היה מוזמן להתעדכן. בלי בושה. בלי חרטה. ובלי התנצלויות.

החשיפה הזו, לא יכלה להישאר בגבולות ירושלים. היא גלשה לשפלה, נשפכה לבית ההורים, והגיעה לבית האחים והקרובים של מיכל. ובשלב מאוחר יותר עודכנו הורי עאקל כי מה שהיה נראה כאפיזודה הפך לרציני, ולמשבר, ואין עוד הרבה מה לעשות.

כעת תור ההורים לנקוט עמדה ברורה. במשפחת עאקל היה ברור כי האב הוא הקובע, ואין מי שיתערב בשיקוליו. ולכן, כשהחליט לא לנקוט עמדה, ניתן בעקיפין היתר לבחור לעשות כל העולה על רוחו.

במשפחת מיכל היתה התרוצצות שגבלה בהיסטריה. ומי שניסה להרגיע את כולם, היה דווקא האח הבכור, אם כי גם הוא היה איתן בדעתו שיש כאן מעידה, וקהות חושים, ומה שדרוש זה לפעול בזהירות כדי להציל את הילדה. כך דיבר.

בעיר זרה, בבית חד־קומתי, החייצב עאקל לבדו בפתח. דפק בדלת. וכבר האב ניצב לפניו. נדהם. מזועזע.

האב נהג כג'נטלמן בכך שלא פגע בקיצבה החדשית למיכל. וגם לא האיץ בה לנתק את יחסיה עם עאקל. הירבה לשוחח איתה בטלפון, מתוך מטרה לרכך אותה, ולקרב אותה להשקפתו. והיא נשארה מנומסת, ומתחשבת, אבל איתנה בדעתה לנסות לפחות לבנות חיים משותפים עם עאקל.

על רקע זה התחנן אליה להגיע הביתה. והיא אמרה לו שלא תבוא לבד. והוא הסכים לתכתיב. והם באו. האם לא היתה. האב היה עם האח. בחדר האורחים. חשבו לדבר על לב עאקל. שיניח למיכל. רמזו שאם צריך לשלם ישלמו.

עאקל שמר על קור רוח, ולא התערב בשיחה. בקשה ממנו מיכל שישתוק. והוא קיים את ההבטחה. דיבר בהתחלה האב על ערכים, ושוני, וייחוד, ובמתכוון גלש למה שצפוי לילדים מנישואין מעורבים. אחיה דיבר על קריירה, ושפה משותפת, וראייה למרחקים. והיא האזינה.

כשקמו ללכת, עאקל פנה לעבר הדלת. ומיכל הודיעה, שעם כל הכבוד שהיא רוחשת לאביה ולאחיה, ולכל בני המשפחה, לפחות בשלב זה החלטתה נחרצת: להמשיך לחיות עם עאקל. הביט בה האב בזעם. ואגב דחיקת בנו הצידה, הודיע: אם כך אני לא נותן את הסכמתי. ותעשי מה שאת רוצה.

לא התרגשה מיכל. נסוגה קצת כדי לאפשר לעאקל לצאת לפניה, והיא אחריו. ובמכונית לא התייפחו בבכי, ולא התנהגו כאילו חשך עליהם עולמם. רק כעבור כמה שבועות סיפר עאקל למיכל את מה שתיכנן במוחו כבר בבית הוריה. ידע, שהאב עומד לנסוע לארץ רחוקה, כדי לייעץ שם בעניני הנדסה. וחשב כי איש כזה, עם כל המטען היהודי והציוני שעליו, אפשר יהיה לכופף לא בתל־אביב, כי אם בארץ זרה.

ומה שתיכנן קרה. חדשים ספורים לאחר שהאב נסע, והותיר את האמא בארץ, נסעו עאקל ומיכל לטיול בחו"ל, וכאילו בדרך־אגב הגיעו אליו. ובעיר זרה, בבית חד־קומתי, התייצב עאקל לבדו בפתח. דפק בדלת. וכבר האב ניצב לפניו. נדהם. מזועזע.

תגובה ראשונה של האב: מה אתה רוצה? מה אתה עושה פה? ענה לו עאקל: באתי לדבר אתך. שאל האב: עד כאן באת בשביל לדבר אתי? השיב עאקל: עד כאן. ורק כאן.

(המשך בעמוד הבא)

חבר מאותו כוכב

תמצאו אותה בקיבוץ

מעניין מה גורם לבחורה יפה וחמודה כמו איריס לשלוח לפרסום ב"סגנון" דווקא תמונה שכל־כך לא מחמיאה לה. האם זו התגרות מכוונת? אולי סתם חוסר תשומת־לב? טפשות בוודאי אין כאן, כי תכונה זו בהחלט לא נמנית עם תכונותיה של אורחת הערב שלנו בתכנית ההכרויות הרדיופונית "חבר מאותו כוכב".

איריס, אורחת השבוע במדור זה ובתכנית הערב, היא רווקה מיניאטורית בת 32, שקשה להאמין עליה כי הגיעה בכלל לגיל עשרים: קטנטנה, נשית, נאה מאד, שחרחורת, מטופחת, תומת עינים "צברית אמיתית" על פי הגדרתה (וזה אומר דור שמיני בארץ – אצולה אמיתית). נולדה בעמק, שירתה בצה"ל בסיני, אחרי השחרור גרה שנים אחרות בירושלים ועתה, כבר חמש שנים, חברת קיבוץ צעיר שבו היא פורחת ונהנית משפע פופולריות והערכה.

איריס איננה בחורה רגילה. על־אף הצלחתה בקבוץ אין היא מסוגלת לשבת במקום אחד. נכון שנהנית מכל רגע בעבודתה, (איריס מרכזת עתה את חדר־האוכל הקבוצי ולדבריה ניהול של דבר מודרני וגדול כמו זה שלהם הוא אתגר אדיר, שכן היא מרכזת למעשה גם מסעדה גדולה וגם אולם־ארועים, שבו נערכות כמעט כל השמחות והמסיבות של המשק).

איריס "שיקבלו אותי איך שאני".

נכון גם שאהבה כל דקה בעבודתה כמטפלת בגן ואפילו שמחה להשתלם בחינוך בסמינר הקיבוצים, על־מנת להעשיר את יכולתה. אבל היא לעולם לא מסתפקת במה שהצליחה לעשות, והגישה הכללית שלה היא כל הזמן קדימה. לעוד משימות, לעוד הגשמות.

התכנית הקרובה מתחילה או טו טו בעוד חדשים: השתלמות באיפור קולנוע באחד המוסדות המוכרים בארץ, וסביר להניח שגם זה לא יהיה סוף פסוק. אולי זו הסיבה שכאשר מונה איריס את התכונות הרצויות שהיא מצפה להן אצל בן הזוג האידיאלי, היא מציינת לצד "חוש־הומור, נחמד, נאה, גבוה", ועוד כמה וכמה תכונות, גם שעליו להיות טפוס לא כפייתי "ושיקבל את השגעונות שלי כפי שהם".

בינתיים, "השגעונות" של איריס מנותבים רק למסלולים הנחשבים מוצלחים: מעבר לעבודתה ולימודיה משתתפת איריס במקהלה האזורית ("דבר שגוזל המון זמני", היא מספרת) ואף חברה בשתי וועדות חשובות של המשק: ועדת קליטה וועדת תרבות. ובין עיסוק לעיסוק, בין ישיבות, חזרות, תפקידים, השתלמויות וכיו"ב, מתפנה איריס לחשוב מפעם לפעם, חרף החברים והחברות הרבים שמקיפים אותה, על האפשרות של יצירת קשר זוגי־אישי, שיוכל להעשיר את חייה וגם מהאספקט הפרטי.

מי בכם, קוראי "סגנון" שמעוניין ליצור קשר עם איריס, מוזמן לעשות זאת בשיחה טלפונית ישירה לאולפן "חבר מאותו כוכב", הערב אחרי חדשות השעה 22.00 ברשת א' של קול־ישראל. ■

(המשך מן העמוד הקודם)

נכנס עאקל לבית. ובלי כל הקדמה אמר כמצהיר: אני אוהב את הבת שלך, מיכל. והיא אוהבת אותי. וכבר החלטנו שנתחתן כאן. אז יש לך ברירה: לתת לנו את ברכת הדרך, או לשכוח מאתנו.

אב נשאר אב. לכן שאלתו הראשונה היתה: ואיפה מיכל? ענה לו עאקל: בחוץ. במכונית. שמע זאת ווינק ממקומו, ומיהר החוצה, ומתוך הרכב שלף את הבת היחידה שלו, וכאילו לא ראה אותה עשרים שנה, חיבק אותה ונישק אותה, וכמו ילדה הוביל אותה לחדר האורחים.

וכאן, כשהאב לבד, ולידו בתו, ומולו מי שעתיד להיות חתנו, לא עמד לו כוח הסירוב. הבין שיש כאן מערכה אבודה. וסיכם אותה כך: אם ממילא אתם עומדים להינשא, ואם טרחתם עד לכאן לקבל רשות ממני, אז אני מרשה.

נפרדו השנים מהאב עם תחושת הקלה, מהולה בצער, על שהאב נלחץ לפינה, בארץ שבה הוא זר, אבל הסכימו ביניהם שכך עדיף על התעלמות ממנו, ונסעו לעיר אחרת, וממנה טסו לארץ, וכאשר שבו לישראל, כבר היו במעמד של זוג נשוי.

מה שקרה אחר כך בירושלים, כבר היה פרק בפני עצמו. חיו כבעל ואשה, תחילה בסביבה יהודית, אחר כך בסביבה ערבית. היא עבדה כרופאה בירושלים ובסביבתה. הוא המשיך בעסקי בניה. אך על שניהם רבצה מועקה, שהלכה ותפחה.

נדרשו להם שנתיים כדי לחוש, שחייהם נחלקים בין השלמה עם מה שיש מצד ההורים, לבין הסתייגויות ותנחומים מלאכותיים מצד בני גילם, רובם יהודים, ומיעוטם ערבים.

תחושת אי־ההשלמה של מיכל ועאקל עם מציאות שחלקה עויינת, וחלקה בלתי מתחשבת, ורק מעט מאד ממנה מבינה, דחקה אותם למסקנה, שכלל לא חשבו עליה קודם לכן. לילה אחד ערכו מאזן של רווח והפסד, והגיעו למסקנה, כי ייתכן וטוב יעשו אם יעזבו את הארץ, לנסיון. נערכו למסע הזה, ובטרם חלפו שנתיים לנישואיהם, השיגה מיכל מילגת לימודים בקנדה. וזו היתה העילה ליציאתם.

נסעו ולא שבו עם תום המילגה. וכמו ישראלים רבים, התרגלו לכתוב להורים על הקורות אותם במונטריאול. ואם האב של עאקל התקשה לעכל את הניתוק מבנו, הרי אביה של מיכל בירך על הימצאות בתו מחוץ לישראל. הניח, ששם תסבול פחות מאשר בארצה. ולגביו זה הרע במיעוטו.

עד שהטלפון צלצל אחר חצות, ומהעבר השני של הקו מיכל. נשמעה נרגשת. וכבר חשב האב שהנה סוף סוף קרה מה ששיער שיקרה באחד הימים, שעאקל ינטוש את בתו, ויקח לו אשה אחרת, מוסלמית או נוצריה, מבנות המקום. אבל הסיפור היה אחר. בישרה לאביה שנפרדה ביוזמתה מעאקל. ומבלי שיידע על מה ולמה, פלט אנחה שהדהדה באוזניה.

אחר כך ביקש פרטים. והיא אמרה, כי חברו כמה גורמים שהביאו אותה להחלטה. ונמנעה מלפרט. רק אמרה שנפרדו מתוך הבנה, וכי לפני כמה שבועות החליט עאקל לשוב לישראל. אחר־כך הוסיפה, כבדרך אגב, כי בבית החולים, שבו היא עובדת, הכירה גבר, גרוש אמנם, אבל רופא מוכשר, וגם יהודי. וכעת היא חיה אתו. ניכר היה מקול האב שהוא נרגש. וגמגומו הראשון התמצה בשאלה אם בכוונתה לשוב הביתה. אבל הבת קטעה אותו בקביעה שמוקדם לדבר על זה. וכבעלת חוב של כבוד לאביה, שאלה: לא יותר טוב לך ככה? ■

במורן נרשמים כבודדים
ויוצאים כזוגות
בואו להרשם במורן
מורן
להתאמות בן/בת זוג לכל החיים
רח' מגידו 8 חיפה, טל. 04-384946

מאוררי תקרה
הטובים והמשוכללים ביותר
הוואנה פאנס
Havana Fans
גורדון 45 ת"א
טל. 245137
בריא יותר ממזגן, יפה וחסכוני עוד יותר!

הרזיה נעימה

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

בריא – לא בריא בשר

האם היו הנשים השמנות שצייר רובנס בריאות יותר מן הנשים הדקות של ימינו? בהחלט לא. הוכח למעלה מכל ספק שעודף משקל, מעבר להיותו לא אסתטי, תורם תרומה נכבדה לסדרה ארוכה של מחלות, קלות כחמורות.

כיום שיכת האופנה לדקי הגזרה, ומדי שנה מתפרסמים עשרות מחקרים המעידים על כך שגם הבריאות היא מנת חלקם של הרזים. מודעותו הגוברת של הציבור לבריאותו מניעה את תעשיות המזון להקטין במידת האפשר את תכולת החומרים הכימיים במוצריהן, תוך התייחסות מירבית הן לערך התזונתי והן לערך הקלורי של המוצרים. החברות שתפיסת בריאותית זו מאפיינת אותן, משקיעות משאבים רבים במחקר כדי "לנקות" מתוך מוצריהן את החומרים המשמרים, הסוכר, הקפאין, והחומרים מזיקים אחרים ומקפידות על שימוש קטן ככל האפשר בחומרים רעילים בתהליך הייצור. בנושא זה בולט במיוחד מקומם של סוגי התה הצמחי השונים המהווים תהליף בריא למשקאות הקלים ומסייעים לעיכול.

לא די לספור קלוריות

אנשים רבים הסובלים מיתר־משקל, מנסים להפחית ממנו באמצעות דיאטות. אולם מי שרוכש לו טבלת קלוריות ומחליט לבנות את תפריטו רק בהתאם למספר קלוריות נמוך, מסתכן בערעור מצבו הבריאותי.

לדברי התזונאים דיאטות רעב, לא מאוזנות מסוכנות אף יותר ממשקל־יתר.
דיאטה נכונה חייבת להכיל את כל אבות המזון, ושתיה רבה ככל האפשר תוך הימנעות ממשקאות המכילים סוכר או קפאין. מזון טרי עדיף על מזון מבושל, ומומלץ מאוד להרבות באכילת פירות וירקות המכילים כמות רבה של ויטמינים, מינרלים וסיבים תזונתיים. נושא הסיבים התזונתיים זכה בשנים האחרונות לחד תקשורתי נרחב כאשר הוכחה נחיצותם לתהליך העיכול, שאף לו חשיבות רבה כאשר מדובר בדיאטה. לעיתים קרובות סובלים בעלי משקל־יתר מתהליכי עיכול איטיים, מה שמקשה על הפחתת המשקל. פירות וירקות וסוגי תה צמחי שונים, כמו גם סובין (קליפות זרעוני דגנים למיניהם, למשל), עשויים להקל על מערכת העיכול את מלאכתה ולהחזירה למצב פעילות תקין.

יתר־משקל גורם לעיתים לסובלים ממנו קשיים נפשיים, המפריעים להם להתמודד עם הבעיה באופן עקבי. "אכול נכון ועשה ספורט", הסיסמא הנזרקת לעיתים לעבר המלאים שבינינו, אינה תמיד ניתנת להגשמה, ואם תהליך ההרזייה נמשך זמן רב מדי נואשים ממנו רבים וחוזרים למישקלם הקודם ולמעלה מזה. אלה יכולים להקל על עצמם באמצעים חיצוניים, כדי להשיג לבסוף את מטרתם. אחת הדרכים היא שימוש במכשירים אלקטרוניים המסייעים בהמסת השומן ובחיזוק השרירים בו בעת ובדיקור (אקופונקטורה), בשילוב עם דיאטה מאוזנת. הגורם החשוב ביותר בתהליך ההרזיה הוא קבלת האדם את עצמו כמו שהוא, הבלטת הצדדים היפים שלו והסרת כל בושה. אנשים מלאים נוטים להסתיר את גופם בבגדים גדולים ולא מחמיאים, כדי לא להסב תשומת לב, אין ספק שאם ירשו לעצמם להיראות טוב בבגדים המותאמים להם, המחמאות להן יזכו יגבירו את המוטיבציה לרזות, ויזרזו את התהליך.

נופש והרזייה
בחברה צעירה
מרכז הבריאות הטבעוני
"בית פרומר"
פתח בימים אלו את ההרשמה
למחזורי הרזייה בחופשת הקיץ
לבני נוער עד גיל 22.
שלבו חופשת קיץ נעימה בהרזייה
ופעילות ספורטיבית מגוונת
תאריכי המחזורים החל מ־1.7
בית פרומר מלון איתני הטבע
אשקלון
טלפונים: 061-35111
061-35114-5

ויטה

ב"ויטה" אין שוקטים על השמרים. המדיניות ב"ויטה" היא שיפור המוצרים הקיימים ופיתוח מוצרים חדשים שיענו לדרישת ציבור הצרכנים, תוך שמירה מוקפדת על איכות המזון.

מאת חנה אקרמן

[illegible]

שימור ופעולת תקן הטבעי של מוצרי המזון המיוצרים על ידה. לקראת יתוסף בקרוב גם שמן חדש ומיוחד לטיגון בריא, הנספג פחות בשעת הטיגון ומצטיין בעמידות גבוהה בחום רב. שמן זה יצטרף לסדרת השמנים של חברת "ויטה" שביניהם נמצא גם שמן "חמניה" המוכר כיום כשמן הבריא ביותר.

[illegible]

"תותי־פרוטי – ויטה" הקונפיטורה הטבעית באיכות היחודית

מיוצרת מ־100% פרי ללא תוספת סוכר וללא חומר משמר או צבעי מאכל, ומכילה כמחצית מכמות הקלוריות של קונפיטורות דומות: 100 גרם של "תותי־פרוטי" מכילים 224 קלוריות בלבד ו־0% שומן.
מכילה פרי בריכוז גבוה מאוד – מ־7 ק"ג פרי טרי מפיקים ב"ויטה" 1 ק"ג בלבד של "תותי־פרוטי".
מיוצרת ב־4 טעמים: תפוזים, תות־שדה, משמש ודובדבנים, שכל אחד מהם משאיר בפה טעם של פרי אמיתי.
נמצאת בקרוב בכל רשתות השיווק.

כיצד לרזות עד 5 ק"ג ב-10 ימים... עם תה BAI LIN *

הסוד הסיני להרזיה מזה 1500 שנה.

בעזרת התה שבידך תוכל מהיום בדרך קלה, בטוחה ונוחה לגמרי לרזות ולהוריד ממשקלך. לא עוד דיאטות הרעבה ויסורים כדי לשמור על הגיזרה.
פשוט לשתות לאחר כל ארוחה, משקה טבעי – תה BAI LIN.

פגוס

הנסיכה שרה פרגרסון – "שתיתי תה BAI LIN ורזיתי 5.5 ק"ג ב-10 ימים. זה ממש נס"... (THE STAR 15.1.87)

הדוכסית מיורק – "הורדתי 4 ק"ג... התה הזה הוא משגע... (סנדיי פוסט 25.1.87)

הדוגמנית סמנטה פוקס – "בעזרת תה BAI LIN אני שומרת על הגזרה"... (THE SUN 29.1.87)

- אנו שמחים להודיעכם, שהגיע לארץ המשלוח הראשון של התה המרזה BAI LIN.
- ניתן להשיגו בבתי מרקחת, חנויות למזון טבעי ובבתי העסק המובחרים. • הוראות שימוש ופרוספקט בנקודות המכירה.

הרזיה נעימה

מאת צילה דביר – תזונאית ראשית בשה"ם – משרד החקלאות

קיץ, החום הכבד אינו מקל עלינו. הגוף דורש מזון שלא יכביד, קל לעיכול ובתוספת כמויות גדולות של נוזלים.
שני יתרונות אלה מאפיינים את הפירות הטריים והעונתיים הגדלים בארצנו. לפירות מעלות נוספות: הם עשירים בויטמינים, מינרלים וסיבים תזונתיים. יתרון נוסף הוא בכך שהפירות מכילים אחוז נמוך של סוכר ודלים בשומנים. לכן, כל תפריט מאוזן צריך שיכלול פירות וגם שומרי משקל וחולי סוכרת יכולים ליהנות מהם, בכמות המותרת להם.

פירות הם אחד המקורות הראשונים לויטמינים הנחוצים לגופנו בתפקודו היומיומי ובבנית חוסנו כנגד מחלות.
לכל ויטמין תפקיד אחר בשמירת בריאותנו.
האבוקדו, לדוגמא, אשר בניגוד לדיעה המקובלת אינו מכיל כולסטרול, שייך לקבוצת הפירות הירוקים והכתומים. לקבוצה זו שייכים אף **האפרסמון, המשמש, האפרסק, המנגו והפאפיה**. פירות אלו עשירים בקרוטין שהינו "פרו ויטמין A" ההופך בגוף לויטמין A עצמו. חשיבות ויטמין זה הוא בבנית עצמות הגוף, השיניים והצפורניים, ובשמירה על בריאות רקמות העור. ויטמין זה אף ממלא תפקיד מרכזי במניעת עיוורון לילה. כמות מספקת ממנו תסייע לגופנו להסתגל לראיה במעבר מאור לחושך ולהיפך. חשיבות רבה יש ליחס לצריכה המאוזנת של ויטמין A בגופנו. צריכה מוגברת של ויטמין זה באמצעות תכשירים מרוכזים, או חוסר הויטמין בגופנו מתבטאים במיחושים, כמו כאב ראש, בחילות, עייפות, סינור וכו'. פירות אחרים, כמו המנגו, חקיוי, הגויאבה והאשכולית, מכילים ריכוז גבוה של ויטמין C.

ויטמין זה אינו נאגר בגוף ולכן יש להקפיד ולכלול בתפריט היומי כמות מספקת שלו. הוא חשוב לתהליך העיכול, ומסייע בספיגת הברזל והסידן בגוף. ויטמין C בונה את חקולגן בגופנו ובכך מסייע ביצירתן והחזקתן של רקמות החיבור והחיפוי בגוף. כמו כן מונע ויטמין C חימצון, עוזר בריפוי פצעים ונחוץ בכמות מוגברת בתקופות של מתח נפשי קשה ובדלקות. חוסר בויטמין C עלול לגרום לדימומים בחניכיים, כאבים במרפקים וריפוי איטי של פצעים.
אכילת פירות כמו **המנגו** או אחרים מקבוצה זו תבטיח את הכמות הנכונה של ויטמין C בגופנו הנחוצה לנו לתפקוד תקין. **הקיוי** לדוגמא מכיל 140 מ"ג ויטמין C ב-100 גרם פרי שהינם פי 2.5 מן הצריכה היומית הממוצעת של האדם.

פירות – המקור שלנו למינרלים החשובים – ברזל ואשלגן

תפקידם של הברזל והאשלגן בגוף הוא חשוב ומרכזי.
רוב הפירות עשירים באשלגן הנחוץ ביותר לשמירה על בריאותנו. ניתן לציין במיוחד את הפירות הבאים: אבוקדו, הדרים, בננות, תאנים ותמרים מיובשים. מבין הפירות המכילים ברזל ניתן לציין במיוחד את הפירות היבשים כגון: שזיפים, משמש, צימוקים, **תאנים** ותמרים.

סיבים תזונתיים – משפרי העיכול

הפירות העשירים ביותר בסיבים תזונתיים הם תפוח-העץ, הבננה, האפרסק והאגס, כאשר מירב הכמות נמצאת בקליפות הפרי. הסיבים התזונתיים הם החומרים הבונים את דפנות התאים. נוסף לתפקיד חשוב זה הם גם הכרחיים לתהליך העיכול, הם סופגים נוזלים, מגרים את דפנות המעיים ומונעים עצירות, מחלות כלי-דם – בעיקר נפיחות ורידים, ומחלות מעיים. יתרונם הנוסף הוא בכך שהם מפחיתים את כמות הכולסטרול. התזונאים נוהגים להמליץ על אכילת פירות טריים כמקור בלתי נדלה לויטמינים ומינרלים. סוכר הפירות, בניגוד לסוכר הלבן, הוא מקור אנרגיה טבעי ונעכל בקלות. מי שסובל ממשקל יתר, כדאי שיקח תשומת לבו את העובדה שפעילות סדירה ותקינה של מערכת העיכול קובעת במידה רבה את הצלחת הדיאטות למיניהן. אכילת פרי בין הארוחות עשויה לתרום רבות לניקוי הגוף מן הפסולת המצטברת בו, באמצעות הסיבים התזונתיים. מומלץ לאכול את הפירות טריים ככל האפשר כדי לשמור על ערכם התזונתי.

> **עוגיה – של פירות**
>
> מה טוב יותר בקיץ החם הזה מפרי צבעוני ועסיסי, נאה למראה וטעים לחיך? אין משהו יותר טוב!
> הפרי טוב כחטיף בין הארוחות, בטיולים וכמשכך רעב מיידי כאשר "איש קטן" אי שם במעמקי הבטן מנדנד לכם במרץ – "אני רעב".
> עובדה מעניינת: עוגיה אחת מכילה 100 קלוריות, וכמוה גם כוס משקה ממותק. מכאן שהעוגיה הזו שנגמרת ב"ביס אחד", שווה ל: 2 אפרסקים בינוניים, או 3 שזיפים גדולים או 2 תפוחי-עץ קטנים או 6 מישמשים קטנים.
> החליטו אתם: מה יותר כדאי!
> אפשר כמובן להוסיף לסלט הפירות יוגורט צונן והרי לכם מנה אחרונה, מנת ביניים או סתם ארוחה קלה של כיף לכל שעה שמתחשק!!!

BETTER AND DIFFERENT – כשמו כן הוא

B&D

המודעות של קהל הצרכנים הישראלי לנושא בריאותו הולכת וגוברת. תעיד על כך הצלחתם של מוצרי הטבע הבריאים של "בטר אנד דיפרנט", הנחטפים מן המדפים בבתי-הטבע וברשתות השיווק הגדולות כמו קואופ, שופרסל ועוד.
הצלחתו של "בטר אנד דיפרנט", המפעל המשפחתי שהקימו עולים מברית-המועצות, נובעת במידה רבה מן הידע הרב שרכשו להם מנהלי המפעל תוך כדי נסיון של 20 שנה בתחום המזון, וכן מן הקשר ההדוק שמקיים המפעל עם יועצים מקצועיים בעלי שעור קומה כד"ר עינן – המומחה לטיבעונות, ד"ר ניסים גרתי ממכון קזלי באוניברסיטה העברית בירושלים, ויועצים מן המחלקה להנדסת מזון בטכניון בחיפה. המפעל מפיק תועלת רבה מקשר זה, ומעידה על כך האיכות הגבוהה של המוצרים, שכולם מיוצרים בשיטה טבעית, ללא תוספת חומרים כימיים, משמרים כלשהם או צבעי מאכל, וללא תוספת סוכר – אף לא סוכר חום.

"של מזון בריא"

סל המזון של החברה כולל מגוון מוצרים עשיר המאפשר לשוחר הבריאות והטבע ליהנות ממוצרים המשלבים תזונה נכונה וטעם טוב. לחובבי השומשום לדוגמא, מכינים ב"בבטר אנד דיפרנט" מספר סוגי שומשום כמו: שומשום עינן המיוצר על-פי פטנט עולמי ללא מלחים וללא כימיקלים.

מוצר נוסף בסדרת השומשום הינו חמאת השומשום הטבעית אשר עשויה משומשום מלא בעיבוד טבעי ללא מלח או כל תוספת אחרת. שמן השומשום הינו מוצר נוסף של מפעל b&d. שמן זה הינו בלתי רווי ומיוצר בכבישה קרה השומרת על ערכו התזונתי. לשמן השומשום שימושים רבים כגון: בישול סיני – מאכלים סיניים אמיתיים מכינים משמן שומשום בלבד. ניתן כמובן להשתמש בשמן זה כתוספת טעימה לכל מאכל אחר. שימוש נוסף הוא בתחום הקוסמטיקה, ובעולם משתמשים בשמן זה לריפוי מחלות עור, לטיפול במניעת קרחת ולשיזוף נכון ובריא.
"גולת הכותרת" במוצרי השומשום היא טחינת-עינן. הטחינה מיוצרת על-פי שיטה שפיתח ד"ר עינן המשמש כיועץ מיוחד למנהל המפעל. טחינת עינן מיוצרת בשיטה המבטיחה את נקיונה המוחלט מחומרים כימיים ושומרת על ערכה התזונתי הגבוה.
לחובבי הפירות הכינו ב"בטר אנד דיפרנט" סירופ חרובים המשמש תחליף טבעי לקקאו וקפה. סירופ זה מיוצר מחרובים בתוספת דבש ומלח לימון, בתהליך השומר על הויטמינים שבמוצר. עוד מוצר מפירות, הוא ממרח התמרים מבית b&d, העשוי אף הוא על בסיס טבעי בתוספת דבש בלבד.
הרעיון, כך אומרים מנהלי המפעל הוא לספק את הטעם והתיאבון של יותר ויותר צרכנים.

> "בטר אנד דיפרנט" היה מן הראשונים במפעלי המזון בארץ שהחל לייצר פריכיות מאורז חום מלא.
> עד היום פריכיות האורז של "בטר אנד דיפרנט" הן היחידות המיוצרות בתוספת מלח-ים המשביח את טעמן ומעלה את ערכן התזונתי.
> לחובבי הפריכיות שבינינו ולשומרי המשקל הכינו ב"בטר אנד דיפרנט" הפתעה מיוחדת: בנוסף לפריכיות האורז המוכרות החל המפעל לייצר פריכיות מחיטה מלאה טרם נביטתה. הפריכיות של b&d גם אלה העשויות מאורז מלא וגם אלו העשויות מחיטה, מיוצרות מגרעינים שלמים, לא קלויים, השומרים בתהליך הייצור על ערכם התזונתי הגבוה. הן אף מסייעות לעיכול נוח ותקין. העיכול המהיר של הפריכיות מעניק יתרון נוסף – מירב הקלוריות אינן נספגות בגוף וכך אפשר ליהנות ממוצר בעל ערך תזונתי גבוה, טעים והעיקר – לא רק שאינו משמין אלא הוא אף עוזר בירידה במשקל.

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

כיצד לרזות עד 5 ק"ג ב־10 ימים

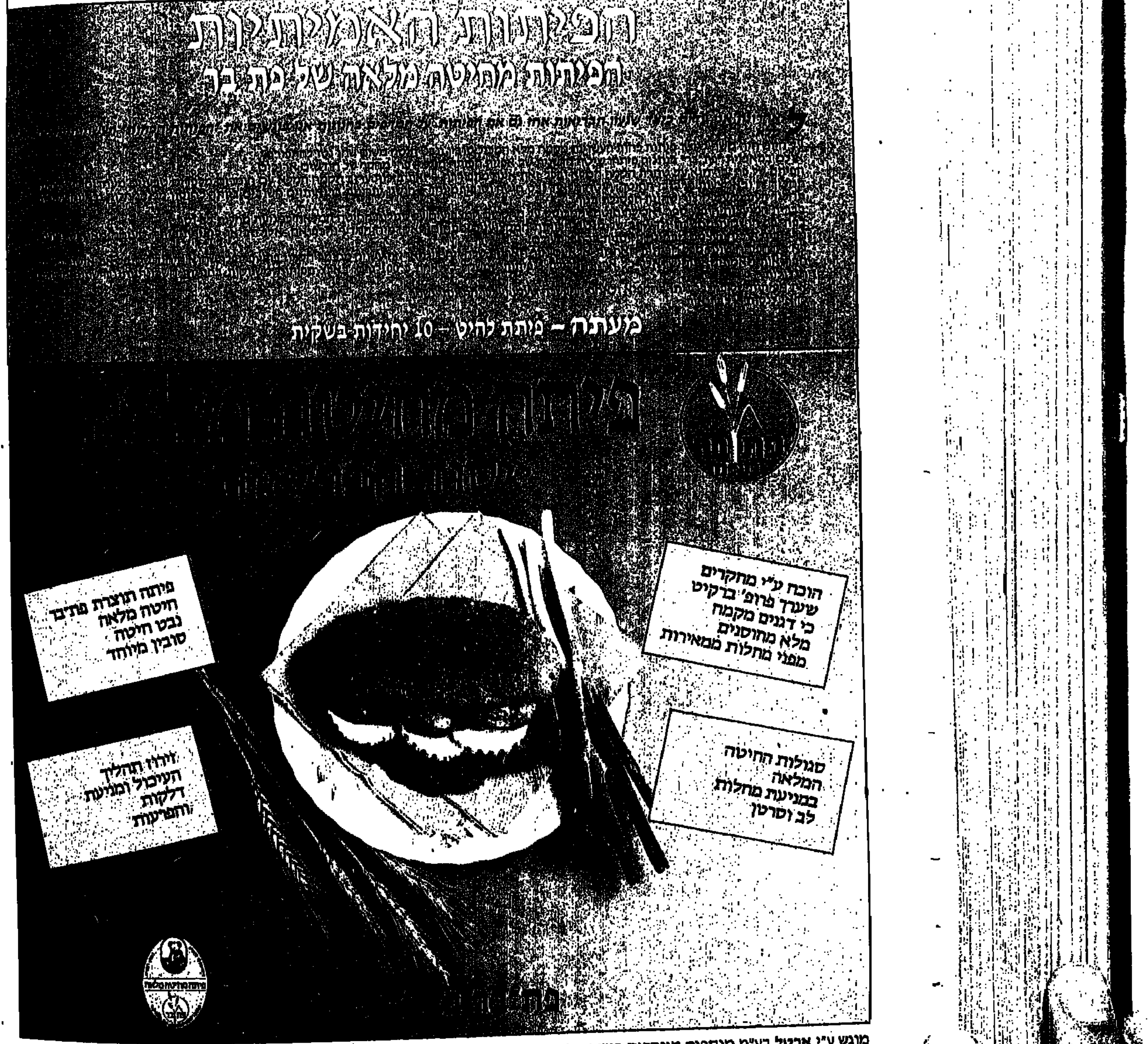
בעזרת התה שבידך תוכל מהיום בדרך קלה, בטוחה ונוחה לגמרי לרזות ולהוריד ממשקלך. לא עוד דיאטות הרעבה ויסורים כדי לשמור על הגיזרה. פשוט לשתות לאחר כל ארוחה, משקה טבעי – תה BAI LIN.

על תה BAI LIN

תה BAI LIN אינו תרופה או סם, כי אם סוג נדיר של תה עלים, הצומח וגדל במקומות הגבוהים והלחים של סין. הצמח מעובד בתהליך ידני, עם ידע ומסורת עתיקת יומין, המועברת בירושה מדור לדור מזה 1500 שנה.
אופן גידולו הידני של התה, מאפשר בקרת יחודיותו ואיכותו המיוחדת המאפיינת את טעמו. למרות שהמאכלים הסיניים האופייניים הם ברובם מאוד מזינים ומשמינים רוב הסינים נשארים רזים. לעיתים נדירות הסינים סובלים מכולסטרול (שומנים בדם), מלחץ דם גבוה, או מחלות אחרות וזאת כתוצאה ישירה, בין היתר, משתיית תה.
לתה תכונה העוזרת לפזר את עודף השומן שבדם, לפני שהוא מאוחסן והופך כעודף משקל. בנוסף התה עוזר לעיכול טוב, המדחיק את תופעות הרעב וגורם להרגשה טובה ומשוחררת. למשתמשים בתה BAI LIN למען השגת תוצאות טובות בשמירה על הגיזרה ולהורדה במשקל, יש להקפיד על אכילה של 3 ארוחות ביום בזמנים קבועים. לאכול ארוחות מאוזנות, כשהן כוללות את כל אבות המזון. אין הגבלות תזונתיות באוכל או שתיה בזמן שמשתמשים בתה BAI LIN.

תה BAI LIN – הצלחה כלל עולמית

כמליון קופסאות נמכרות כל חודש ומהוות להיט בכל מקום.
התה הנמכר במשך שנים בארצות העולם, במדינות ארה"ב, אירופה ואוסטרליה – עתה גם בישראל.



די להשמין

מאת: ש. אבישי

בשנים האחרונות הולכת וגוברת המודעות למשקל נכון של הגוף. אם מטעמים בריאותיים ואם מטעמים אסתטיים. הבעיה היא שרוב שיטות ההרזיה דורשות טרחה רבה, ומערכת שלמה של עיסוקים בפעילויות ודיאטות שקשה לעמוד בהן.
ד"ר וולפסון מציג לראשונה בארץ במסגרת חמישה מכונים שהוא מנהל, שילוב של מספר שיטות, המסייעות לא רק לרדת במשקל אלא גם לעצב את צורת הגוף, ויותר מכך – לשמור על התוצאה לאורך זמן.
"בעיית ההשמנה מסובכת מאד", אומר ד"ר וולפסון, "לא לכל השיטות יש הצלחה סופית. לגופנו יש מנגנון ביקורת אכילה שנקרא תיאבון. מנגנון זה מכוון אותנו מתי לאכול ומתי להפסיק כי כבר אכלנו די. חוסר תרבות אכילה משבש את מנגנון התיאבון, ואנו אוכלים בלי כל קשר לצרכי הגוף. לכן, גם כשהאדם עובר דיאטה טובה ורצינית – קשה לו להחזיק מעמד במצבו החדש. זו אחת הנקודות הראשונות בהן אני מטפל. החזרת מנגנון התיאבון לויסות נורמלי של האכילה".

הסדרת מנגנון התיאבון נעשית על ידי דיקור מחטים קטנות באזניים, בשיטה הנקראת אקופונקטורה. הדיקור אינו כואב ומביא תוצאות מפתיעות. בשלב ראשון נדמה שמדובר רק בדיכוי התיאבון, אך אין זה כך – למעשה

השיטה מסייעת לרכישת הרגלי אכילה חדשים הנשארים גם לאחר הטיפול. רבים ממטופלי המכון הצליחו בשיטה זו להוריד 20 ק"ג תוך חודשיים.
פעמים רבות ההשמנה באה עקב תקלה בחילוף החומרים. לעיתים קורה הדבר לאחר לידה או עקב טיפול תרופתי. הטיפול בשיטת הדיקור יכול לפתור בעיות אלה. יש חשיבות רבה לשמירה על תוצאות הטיפול, גם לאחר גמר שלב ההרזיה והירידה במשקל. רבים משומרי הדיאטות לא עומדים בפיתוי וקשה להם להחזיק מעמד. הם עולים שוב במשקל במין משחק נדנדה של עליות וירידות. לכן כה רבה החשיבות של איזון מנגנון הגוף, שיהפוך את המנהגים החדשים להרגל ולא להשאירם בגדר פעולה זמנית הנכפית על הגוף.

הורדת התיאבון

הטיפול ע"י שימוש במחטים זעירות חד־פעמיות. באוזניים שיטה המקובלת בכל העולם, ללא כאבים, ונושאת תוצאות מפתיעות, אין צורך בניתוח לקיצור הקיבה. בשיטה זו רוכשים הרגלים חדשים של אכילה וירידה בתיאבון. הרגלי האכילה החדשים נשארים גם לאחר הטיפול.

ד"ר וולפסון למד רפואה בלנינגרד. הוא התמחה בתחומי הנוירולוגיה והאקופונקטורה במסגרת המכון הממלכתי להשתלמות רפואית. יש לציין כי בבריה"מ נכלל הדיקור במסגרת הרפואה הקונבנציונלית, ונלמד כהתמחות רגילה. ד"ר וולפסון השתלם בנושא הדיקור גם בסין העממית, בקולג' הרפואי של הונג־קונג ובמכון הבינלאומי לאקופונקטורה בפאריס. ד"ר וולפסון מטפל בשיטה זו גם בבעיות רפואיות שונות ובגמילה מעישון, ומדגיש כי עקב סכנת האיידס הוא משתמש במחטים חד־פעמיות בלבד, תוך שמירה על סטריליות מירבית.

אחת המטרות החשובות שלנו בהרזיה הינה הצד האסתטי שלנו. לא תמיד די בדיאטה כדי לעצב את הגוף. בעייתם העיקרית של נשים וגברים רבים איננה עודף משקל אלא שיפור המראה החיצוני. ממש למטרות אלה מציג ד"ר וולפסון מכשיר ממוחשב הנקרא EBA-16.
EBA-16 מטפל במספר תחומים. המכשיר פועל על ריכוזי שומן בגוף, מפעיל את השרירים במקום, ומסייע להמסת גושי שומן ברקמה החיבורית. גושים שומניים אלה (צלוליטיס) נוצרים פעמים רבות בעקבות דיאטה חריפה, ולא ניתן להיפטר מהם על ידי דיאטה בלבד. EBA-16 שובר את גושי השומן ומעלים אותם בשיטה מיוחדת. הפעלת השרירים מסייעת לעיצוב מחדש של אברי גוף שלא היו פעילים. גברים מטפלים בדרך כלל בכרס ובמתניים, ואילו נשים מבקשות חיזוק שרירי הבטן והחזה שנהיו רפויים לאחר לידה, וכן עיצוב הירכיים.
משך כל טיפול ב־EBA-16 הוא 45 דקות. הטיפול נעשה בשכיבה. קלאסי לעצלנים שספורט משעמם אותם. בדקות הראשונות חשים דגדוג קל, אך תוך דקות ספורות מתרגלים ואז אפשר לקרוא עיתון או ספר, ואפילו לנמנם
עצמת המכשיר נקבעת על פי צרכיו של כל מטופל. שיא המכשיר, מבחינת שריפת קלוריות, משתווה למאמץ הליכה של 16 קילומטר. ברור מכאן כי המכשיר מסייע גם לירידה במשקל אמנם התגובה שונה מאדם לאדם, אך אנשים רבים יורדים במשקל 200–300 גרם בכל טיפול וישנם כאלה המורידים ממשקלם הרבה יותר. ניתן גם לראות תוצאות יפות בהיקף הגוף ובמידת הבגדים. מהניסיון שהצטבר נמצא כי כל אדם מאבד לפחות חצי סנטימטר בטיפול, ובסה"כ 5 סנטימטר בעשרה טיפולים

טיפול נכון משלב את שלוש השיטות. ראשית איזון מנגנון התיאבון וקניית הרגלי אכילה חדשים. שנית טיפול במכשיר EBA-16 המסייע להרזיה, המסת שומנים ועיצוב הגוף תוך כדי פעולת ההרזיה. הפעולה השלישית היא שמירה על תזונה נכונה, לא דיאטה מוזרה, אלא תזונה נכונה ובריאה.
מי שישמור ויטפל בעצמו בשיטות אלה, עשוי להגיע, כמו רבים ממטופלי המכון לפניו, לירידה של עד 20 ק"ג בחודשיים, תוך שמירה על אורח חיים רגיל ובניית גוף שנעים להסתכל בו במראה.

ד"ר וולפסון הקים עד כה חמישה מכונים, בבאר שבע, ערד, קרית מלאכי, ירושלים ותל אביב. המכון בתל אביב שנמצא ברח' דיזנגוף 87 ת"א טלפון 290257, מנוהל על־ידי הגב' ורד לבל. קבלת הפנים אדיבה, כל פונה מקבל הסבר על השיטה, משך הטיפול הרצוי לו, התוצאות הצפויות והמחיר. הפגישות נקבעות על פי יומן ואין ממתינים ללא צורך, כך שניתן לקפוץ לטיפול גם באמצע יום העבודה ולהפסיד זמן עבודה מועט. סדרת טיפול מינימלית כוללת 10 טיפולים. המכון מעוצב בצורה נעימה, וחלוקה לתאים שומרת על הפרטיות. המטפלות עירניות ועורכות בכל כמה דקות סבב בין התאים לודא שהכל מתנהל כשורה.

מכון וולפסון
אקופונקטורה, הרזיה ועיצוב הגוף:
תל־אביב – דיזנגוף 87 (בכיכר), טל' 03־290257
ירושלים – רח' חל"ה 37, טל' 02־665805
באר־שבע – רח' סוקולוב 8/2, טל' 057־30574
קרית מלאכי – טל' 057־81361
ערד – רח' יהודה 44, טל' 057־953953

למידות גדולות

דיאטה אינה רק ענין של שמירה על תזונה נכונה ופעילות גופנית. אחד המרכיבים החשובים במאבק על הקלוריות היא ההנאה הנפשית.

"אני מאמין כי המחמאות שתקבל אשה על מראה הנאה יהוו את התמריץ הטוב ביותר עבורה להמשיך ולהפחית ממשקלה" אומר יורם ירדני.

מאת: מלכה קרן

במשך שנים לבשו נשים מלאות בגדים רחבים ורפויים, בצבעים כהים שנועדו להסתיר את גופן. יורם ירדני שינה הרבה מן המוסכמות שהיו קיימות בין נשים אלו. נסיונו המקצועי רב השנים בעיצוב הגזרה הנכונה לגוף המלא מאפשר לו להשתמש בצבעים אופנתיים ובהדפסות שנחשבו כלא מתאימות לנשים מלאות, כמו פסים לרוחב הבד.

"אין סיבה שאשה מלאה תלבש בגדים שיסתירו את גופה" אומר יורם ירדני "האתגר שלי הוא לעצב עבורה דגמים אופנתיים שיעניקו לה בטחון מלא בעצמה".

הסוד טמון בגזרה

במפעל של יורם ירדני חמש תדמניות, דבר המאפשר לו להוציא קשת רחבה של דגמים חדשים. מנסיעותיו התכופות לאירופה הוא מביא את כל החידושים האופנתיים ומיישם, אותם במומחיות בדגמיו, תוך התחשבות בנותיות האשה העומדת ללבוש אותם.

"מקצועיות בעיצוב האופנה – זהו העיקרון המנחה אותי" אומר יורם ירדני "בשנות לימודי והתמחותי למדתי בקפידה את כל תהליך עיצוב האופנה, מהדפסת הבד ועד להעמדת תצוגת אופנה, והיום אני מיישם את כל הידע שרכשתי במפעל שלי". עיקרון המקצועיות מנחה אותו בעיצוב כל דגמיו, בין אם מדובר בבגדים ספורטיביים או דגמי ערב מפוארים.

דגש נוסף הוא שם על איכות הבדים אותם הוא בוחר בעצמו.

"מטרתי היא להשתמש בדגמי בבדים בהם תוכל כל אישה להראות טוב גם לאחר יום עבודה" אומר ירדני "ולכן אינני מתפשר בחיפושי אחרי בדים שיהיו גם אופנתיים וגם איכותיים".

יחס אישי ואדיב, יצירת אמון ורגישות

אחד הנושאים אשר יורם ירדני נותן עליהם את הדעת הוא בחירה קפדנית של צוותי העובדות ברשת הבוטיקים שלו.

חשיבות רבה הוא מיחס למקצועיותן, ומטרתו היא שאשה הנכנסת לאחת מתנויותיו תוכל להעזר בהן כדי להתאים לעצמה בגדים, מן המבחר הגדול העומד לרשותה. הידע המקצועי של העובדות הופך אותן ליועצות נאמנות גם אם הלקוחה מעוניינת או צריכה לרכוש לעצמה בגד בהזמנה מיוחדת לפי מידותיה, אפילו הן עולות על אלה הנמצאות בחנויות (בין 44-54).

חקו המאפיין את העובדות בחנויות המפעל של יורם ירדני הוא האדיבות והיחס האישי ללקוחה.

"העיקרון שלי הוא רגישות ללקוחה ויצירת אמון" אומר ירדני "חשוב לי שהעובדות בחנויות ייצגו את הגישה האישית שלי ללקוחה". בהתאם לעיקרון זה הוא מקפיד לבקר תכופות בכל אחת מן החנויות כדי לשמור על הקשר עם הלקוחות, לבדוק את רצונותיהן וליישמם אחר־כך במפעל שלו.

השילוב בין האוזן הקשבת, הסבלנות הרבה והמקצועיות, ובעיקה – הדגמים היתודיים, הופכים את הנשים הלובשות את הבגדים שמעצב יורם ירדני לשגרירות של רצון טוב לאופנה מעולה.

● את הדגמים של יורם ירדני ניתן להשיג ברשת הבוטיקים שלו:
תל־אביב – רח' דיזנגוף 159
חיפה – רח' הרצל 28
בני־ברק – רחוב רבי־עקיבא 115

● החלה מכירת סוף העונה בחנויות של יורם ירדני ובחנויות המובחרות

יורם ירדני

למד עיצוב אופנה בלונדון והשתלם במשך שנים בפריס אצל האופנאי לואי פרו. מתמחה כבר כ־10 שנים בעיצוב אופנה למידות גדולות.
ממשיך לנסוע מספר פעמים בשנה לאירופה ולהתעדכן בחידושי האופנה.
"האתגר הוא עיצוב אופנה עכשווית עבור הנשים המלאות" אומר יורם ירדני "והסיפוק הוא חוג הלקוחות המרוצות הגדל מדי שנה".

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

כנרת ייצור בגדי ילדים

רח' נחלת בנימין 74, ת"א, טל. 03-829703

לבעלי חנויות וקניינים

הנכם מוזמנים לתערוכת
בגדי ילדים של קולקצית הסתיו
שתערך במלון פלז'ה תל־אביב
בתאריכים 29-28.7.87 בין השעות 22.00-12.00

את בגדי כנרת ניתן להשיג ברשתות השיווק ובחנויות המובחרות

מועדון מטיילי מעריב

לגלות עולם נסתר עם מדריכי נאות הככר
בראשותו של חיים שוסטר
המזרח הרחוק
30-37 יום במסלול מרתק, ליפן, טיוואן, הונג קונג, פיליפינים, תאילנד, נפאל והודו

תאריכי יציאה: 14.9, 21.9, 6.10, 19.10
לקבלת פרטים: רח' קרליבך 2, ת"א טל. 03-439207

ייעוץ והכוונה עם חיים שוסטר
לתאום פגישה אישית: 03-5464496/7 לענת

פירות הקיץ בתה "פומפדור"

ישראל – הרבה שמש על מעט שטח רוב חודשי השנה, והאנשים צמאים.

מאת: שושי שמיר

"יש להרבות בשתיה" בהתאם להמלצות אומרות הסיסמאות. מה שאין מדגישים די הצורך הוא, מה כדאי לשתות. מרבית המשקאות הקלים מכילים חומרים כימיים, כצבעי מאכל וסוכר, העלולים לגרום נזק לגוף ולמערכת העצבים. שתיית מים היתה יכולה לפתור את הבעיה – אבל משעמם לשתות מים.

התשובה – 5 קנקני תה־צמחים "פומפדור" מרענן ובשום, לחמישה סוגי תה – מנטה, תפוחים, היביסקוס, שושנים, תערובת פירות. הישר מן המקרר אל כוסות המשקה – למזוג על קוביות הקרח ולשתות ללא הגבלה: טעים, בריא, נטול קלוריות ונטול קופאין לחלוטין.

נסיון של 100 שנה וקו יצור חדשני

"פומפדור" הוא מפעל משפחתי שנוסד בשנת 1882 בדרזדן שבגרמניה. לאחר מלחמת העולם השניה, כשדרזדן הפכה חלק מגרמניה המזרחית, הועבר המפעל לדיסלדורף, שם הוא נמצא עד היום, ועדיין בבעלות אותה משפחה. מיקומו של המפעל במרכז אירופה, איפשר למפעל ליצור קשרים עם מיטב המומחים הגדולים בעולם לצמחי מרפא ועשבי תבלין אשר התרכזו שם. הידע הרב שהצטבר, שימש את מפעל "פומפדור" לשם פיתוח הקשת הרחבה של מוצריו. כיום זהו המפעל הגדול בעולם לייצור תה צמחים, קווי הייצור שלו אוטומטיים לחלוטין והוא מייצר בין 12 ל־14 מיליון שקיות תה כל יום, אשר חלק ניכר מהן מיוצא ל־42 מדינות בכל רחבי תבל. הצרכנית הגדולה ביותר של תה צמחים "פומפדור" היא ארצות־הברית, כך ש"מכורים לפומפדור" אינם צריכים לדאוג גם כשהם יוצאים לטייל בחו"ל – תה צמחים "פומפדור" על כל סוגיו ימתין להם על המדפים שם, כמו בבית – ברשתות השיווק הגדולות, בבתי־טבע, במעדניות ובבתי המרקחת.

מר מ. ויאנו היבואן, שערך לנו היכרות עם תה הצמחים "פומפדור" לפני 19 שנה ומאז הוא משגיח שלא יחסר לנו על המדפים, אומר: "בניגוד לפתגם העממי האומר שכל דבר טוב הוא או אסור או משמין, תה צמחים 'פומפדור' הוא גם טעים וגם בריא ואינו משמין – בבחינת היוצא מן הכלל המוכיח את הכלל".

אחד הגורמים המשמעותיים המשפיעים על הצלחת כל דיאטה, הוא חילוף חומרים תקין ומערכת עיכול המתפקדת היטב. תה בבונג, תה שומר, תה מנתה ותה מליסה של "פומפדור" מרגיעים קיבה עצבנית. לתה ורבינה תכונות מדרבנות של תהליך העיכול (הצרפתים נוהגים לשתות אותו אחרי ארוחה עשירה).

Pompadour

POMPADOUR INTERNATIONAL · WEST GERMANY ·

מוגש ע"י ארטל בע"מ 03-664194

הנקמה המתוקה

"פצצת המין" השוודית לשעבר, אניטה אקברג, סיפרה לא מכבר בראיון שהעניקה לעתון "AFTON BLADET" כי זה שנים שהיא מחפשת אחר עקבות בעלה ריק ואן־נוטר, שנטש אותה לפני עשר שנים. "לא אשקוט עד שיועמד לדין בעוון ביגמיה", אמרה הכוכבת, שנודעה בסרטו של פליני "החיים המתוקים".

"אני ממתינה לנקמה המתוקה", הסבירה אניטה, שהעלתה קילוגרמים רבים במשקלה וכיום, בגיל 55, נראית כפצצה ללא מין.

"לעולם לא אשכח את הרגע בו מצאתי את בעלי יפה התואר, עומד בחווילתי ושורף את כל המסמכים, המיכתבים והתמונות שלי. התכתבי בזמנו עם פרנק סינטרה, טיירון פאוור וגרי קופר. כל מכתבי הגברים שהיו חיי עלו באש. הוא עמד וצרח 'את שייכת לי עכשיו ולא להם', והמשיך לקרוע ולשרוף. לא היתה לו רשות לעשות זאת".

אניטה מתגוררת כיום בבדידות בעיירה איטלקית קטנה וחולמת על הנקמה המתוקה בבעל שמבחינה חוקית היא עדיין נשואה לו. הוא נטש אותה, לרבריו, אך לפני שנעלם מחייה הוא לקח את כל רכושה והותיר אותה ללא פרוטה. "הוא התחתן עמי רק כדי להוציא ממני במירמה את כל רכושי וזה עלה בידו. הוא הסתלק מהבית עם כל האוסף האומנותי שלי. הוא מכר את החווילות שהיו לי ברחבי אירופה, כמו גם את היאכטה ואת ספינת המירוץ. רוקן את חשבון הבנק שלי והותיר אותי עם 17.000 ליטות – סכום השווה ל־8 דולר", מדגישה הכוכבת שממאנת לשכוח. רק בעדרת כמה תפקידי משנה בסרטים הצליחה איכשהו להשתקם.

לפני זמן קצר הגיעה לאוזנה שמועה שעשוייה להוביל אותה בעקבות בעלה, שנשא לאשה אמריקאית עשירה וכיום הוא מתגורר בקליפורניה. אניטה מתכוונת לפתוח נגדו בהליכים משפטיים ו"לסחוט אותו כמו לימון". ■

אסתר אדלשטן

אניטה אקברג של פעם. היום היא שמנה וממורמרת.

"לחסל את הפליטים"

"אני נאצי. יש לגרש את כל כהי העור משווייץ, לאסור נישואי תערובת ולהרביץ לזרים המשתתפים בהפגנות".

הצהרה זגענית זו נתן לעתון הגרמני "בונדי", ארנסט קים, חבר מועצת עיריית ברן מטעם המפלגה הימנית "אקסיון נאסיונאל" ועם הופעתה – גרמה לסערה בחוגים הפוליטיים בשווייץ. המפלגות, כולן, התקוממו ודרשו לפטר את הנציג הנאצי. יו"ר המפלגה הימנית דרש מקים להתפטר ואמנם זה קם והתפטר.

אלא שבכך לא נסתיימה הפרשה. היומון "לה סוויס", כותב שמפלגת הימין הקיצונית מנסה להראות שהיא אינה נאצית, אך ליו"ר, מרכוס רוף, יש צוות שומרי ראש ניאו־נאציים, המכים ללא רחם בפליטים מסרי־לאנקה. לא פעם נעצרו שומרי־הראש על ידי משטרות ציריך ובאזל.

עתוני שווייץ מתריעים על תופעת התפתחות התנועות הנאציות במדינה. כותב "לה טריבון": "אשתקד הוקמה מפלגה לאומית סוציאליסטית, שמנהיגיה אינם מסתירים את הנוסטאלגיה שלהם לתקופת הרייך השלישי. פרשת קים ממחישה לנו את העובדה שהניאו־נאצים בשווייץ אינה רק בבחינת אשליה".

קים אינו בודד. בנקאי מלוזאן מממן את ורג'ס, עורך דינו של קלאוס בארבי.

אחד מחברי המפלגה הימנית הקיצונית, מוציא לאור חוברת גזענית בשם "קורייר דו קונטיננט", והוא גם המו"ל של כתבי עת צרפתיים, שבאחדים מהם פורסם שתאי הגאים לא היו קיימים.

אך מאחר שבצרפת ובגרמניה קיים חוק האוסר על פרסומים המסיתים לשנאה גזעית ודתית – משתמשים הניאו־נאצים בשירותיו של מו"ל שווייצי.

העתון "לה מאטן" כותב שנת 1987 היא השנה שבה הגזענים והאנטישמים מרימים קולם. קים הוא בן 59 וראה את תאי הגאזים באושוויץ. על שווייץ לחוקק חוק האוסר פעילות הקוראת להסתה גזענית ודתית כדוגמת צרפת וגרמניה.

העתון גם מזכיר תופעות גזעניות מדאיגות, כגון דרישה של פוליטקאי מזנווה בשם אריק ברטינאט, שכל הפליטים המגיעים לשווייץ ייבדקו אם אינם נגועים באיידס. הוא גם קורא להקמת קבוצות של מיליציות פופולאריות הקוראות "לחסל את הפליטים". ■

שרי רובר,
סופרת "מעריב" בז'נווה

מהפכת פאקטור X

בדנמרק הפכה הידיעה לשיחת היום בקרב גברים ונשים כאחד. תוך מספר שעות עשתה לה השמועה כנפיים גם בקנה־מידה בינלאומי. ומה הפלאז – מי לא יגלה עניין למשמע הידיעה המרעישה על צוות המדענים מאוניברסיטת העיר הדנית ארהוס, שהמציאו, בתנאי מעבדה, את הסוד לנעורי הנצח.

שמו של המוצר שיופק בצורת מישחה או כדור, ובהשפעתו יהיה אפשר להגמיש את תאי העור, להעלים כליל קמטים ולשוות לאשה מראה של עלמה בת 19, הוא "פאקטור איקס". נשמע פשוט ומבטיח, מה עוד שבראש הפרוייקט עומד צוות בראשות הפרופסור הבריטי בריאן קלארק.

"אין ספק כי ביום מן הימים, יתכן תוך חמש שנים או יותר, ימכרו עלומי הנצח בשפופרת קטנה לכל דורש. אנחנו נמצאים עתה בשלב הראשון של המחקר הגנטי ולאור ההתפתחות העשוייה לחול בעשרים השנים הקרובות, הרי מדובר במהפיכת עלומי הנצח", טוען המדען המוחה נגד הטיפול של העתונות הבינלאומית ב'פקטור X' עתונות המבטיחה לקוראים כאילו המישחה או הקרם נמצאים למכירה בדוכני השוק כבר מחר.

המחקר הנוכחי של 'פאקטור X' במימון כולו על ידי חברה בריטית, SINI-TAK, המתכוננת לרשום פטנט על 'פאקטור X' ולפתוח בקרוב בניסויים על בעלי חיים. בין השאר – עליך מנת לוודא האם לחומר תגובות שליליות או סרטניות על הגוף. במידה שתוצאות הניסויים תהיינה כוונת – יפתחו המדענים בניסויים על עור האדם.

כנשאל פרופסור בריאן קלארק האם תגלית 'פאקטור X' תביא לו את פרס נובל, השיב: "לא מקבלים פרס נובל עבור המצאה או תגלית בעלת שיקולים מסחריים".

לא נותר אלא להכות. אך לפי שעה קיים הוויכוח בין שני מחנות: המאמינים והלא־מאמינים. המאמינים מחכים בקוצר רוח לפלא החדש שיעניק להם בין לילה עלומי־נצח; והשוללים, השואלים – מי צריך בכלל נעורי־נצח ומי מעוניין במראה של טיפש־עשרה כשהוא בן שישים, בעל נסיון חיים עשיר, בריא בגוף ובנפש ומרוצה מהחיים? ■

אבד הכלח על הבתולין

סקר אחרון שנערך על הרגלי החיים של הדנים מורה כי כל אשה שניה בדנמרק, בגיל שבין 30 ל־40, בוגדת בבעלה. עוד מצביע הסקר על כך שלא כבעבר – מסרבת כיום האשה הדנית לקיים יחסי מין מסיבה של "אין חשק". תירוצים כגון כאב ראש וכדומה, יצאו כבר מהאופנה.

הנשאלות הורו כי אינן ממהרות להקדים לשוב הביתה מעבודתן ולדרוש מהבעל למלא את התחייבויותיו, וכי הן אוהבות לעלעל בחוברות פורנוגרפיות. הסקר מורה כי האשה הדנית כנה ובטוחה בעצמה יותר מאי פעם בכל הקשור ליחסי מין. היא נוטלת יוזמות, אם כי מייחסת חשיבות מוגזמת לכל הקשור ברומנטיקה.

נשים צעירות נוטלות יוזמה ישירה יותר ומסתייעות בחשפנות ובגיטופים. המבוגרות יותר משתמשות עדיין בארוחה טובה ובבקבוק יין, כהזמנה גלויה או נסיון לפיתוי הגבר.

מרבית הנשאלות הדניות מעדיפות מין בחדר המיטות; חלקן בסאונה ובאמבטיה. אחרות אינן בוחלות לעשות את זה בחיק הטבע, כמובן אם מזג האוויר מאפשר זאת. הסקר מורה כי אבד הכלח על מושג־מוסר הבתולין. 84 אחוז מנשים בדנמרק התנסו ביחסי מין לפני הנישואין. ■

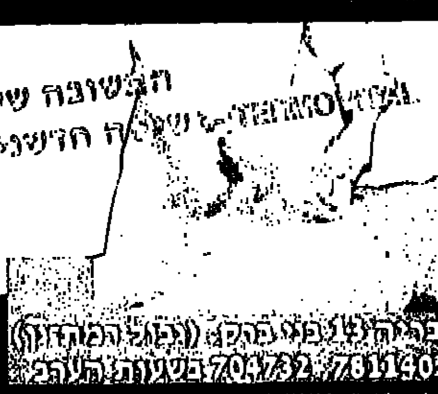
אסתר אדלשטן,
סופרת "מעריב" בסקנדינוויה

מועדון צרכנים לקוראי מעריב

צרכנות נבונה

20.034 פרסים!

חיש־פרס כל אחד זוכה!
קנה בבתי העסק המומלצים במדור זה
וזכה במקום בכרטיס חיש פרס



קלילה ואת רזה
פיצד להצר היקפים ב־12 טיפולים!
התשובה של בלה ורבקה מקלילה, לעודפי השומן היא:
שיטה חדשנית להמסת שומנים + פיזיותרפיה רפואית
לנשים בלבד
להתראות
בלה ורבקה – קלילה, טבריה 31 בני־ברק (גבול רמת־גן)
טל. 784324 בשעות היום 781140, 704732 בשעות הערב

הקניה המשתלמת בעיר
להיט
בגדים וחוף
חלוקים, כותנות, לבני נשים
מבצע הנחות סוף עונה
* גוטקס * אוברון * פילפל
* דיוה * סמאם
שד' קוגל 38, חולון, טל: 858035

תכשיטי בכורה
הנכם מוזמנים לפתיחת חנות המפעל ב־26.7.87 במוצ"ש
ברח' אבן־גבירול 167, ת"א,
נשמח לראותכם ולכבדכם בכיבוד קל.
המכירה:
* המפעל: דרך פ"ת 128, טל: 219558
* חנות המפעל: רח' אבן גבירול 167, טל: 5463018
פתוח רצוף מ־9.00 עד 20.00 בערב
על כל קניה מקבלים כרטיס חיש־פרס במתנה – כל אחד זוכה
(בין הפרסים טיסות לחו"ל, סופי־שבוע, וידאו, וכו'...)
מבצע לחודש ימים 40% הנחה ממחירי המפעל זהב — יהלומים

יוסי ויוסי ארוחות עסקיות
המקום הנכון
מסעדה כשרה בהשגחת הרבנות הראשית
מבחר מגוון לאניני טעם מתוצרת עצמית
סלטים, בשרים על האש, משקאות ומנות אחרונות
שכונת התקוה, רח' האצ"ל 85 טל: 03-371839

גומי תל־אביב
מוצרי גומי ופלסטיק
יצרני ומשווקי גומי לרכב, תעשיה וחומרי אטימה

תל־אביב — רח' יצחק שדה 34
(בפסז'), ת.ד. 51637, מיקוד 67212
טלפונים — 337221 — 337135 —
339457 — 03-332402

מעדני מוטי
בהנהלה חדשה "זיקי"
כשר
* הסוף לעבודה קשה במטבח!!!
* אוכל טרי פיקנטי מוכן
* קובה * סיגרים * קנטקי
* פשטידות וסלטים למיניהם
* עלי גפן ממולאים * מוסקה * אגרול
חנות המפעל - שד' דוב הוז 22 חולון
טל: 886253

אבו חאלד מזמין לארוחת דגים
ב־12 ש"ח בלבד!!!
פתוח מ־10:00 עד 24:00

לכל 4 סועדים בקבוק יין משובח על חשבון הבית
בואו כבר הערב או לשבת צהרים ותמיד באמצע השבוע
דרך הטייסים (תחנת הדלק יוראמקס) טל: 03-766938

החוויה הטורקית בפמי בביק
מועדון לילה טורקי יווני נוסח איסטנבול
ביום שישי בלבד
* הופעה בין לאומית עשירה ומגוונת * ארוחה פיד המלך
* הזמר אהוב הקהל איזידור * אטרקציה – רקדנית בטן (בת 16)
כל יום ג' משעה 14.30 לנשים בלבד ארוחה, שירה וריקודים
בימים א'־ב'־ד'־ה' המקום מיועד לארועים עד 350 איש
רח' מרזוק 5, יפו (ליד השעון) טל: 837200, 815160

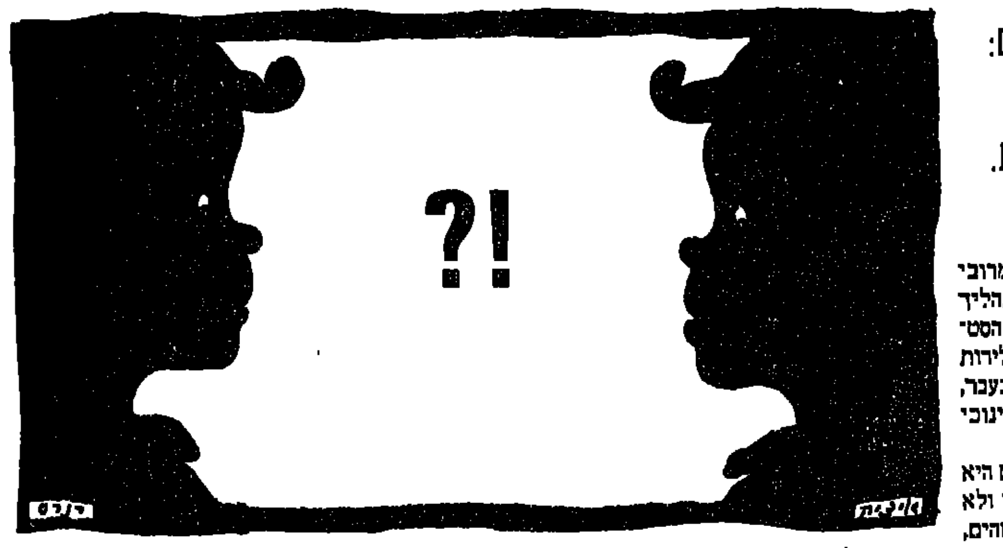
מוגש ע"י גריף־קארד, יצחק שדה 5,34/337129, סגוון 27.87

עדנה כצנלסון
פסיכולוגית חינוכית קלינית

בר גידול

שניים ביחד וכל אחד לחוד

בעייתם העיקרית של תאומים: פיתוח זהות עצמית נפרדת, מבלי שתיווצר ביניהם תלות.



הרפואה המודרנית, שאפשרה הריונות מרובי עוברים על ידי טפול הורמונאלי, או בתהליך השתלת יותר מעובר מופרה ברחם, שיבשה את הסטטיסטיקה, שהיתה מקובלת, שרק אחת ל־70־80 לידות נולדים תאומים. כיום יש יותר לידות תאומים מבעבר, ויותר הורים נדרשים להתמודד עם האתגר החינוכי הקשור בגידולם.

★ אחת הבעיות הקשות ביותר בחינוך תאומים היא להצליח לתת לכל אחד מהם תחושה, שהוא אחד ולא חלק משלם. בעיקר עלולים לחוש כך תאומים זהים, שהסביבה מבלבלת ביניהם ורואה את יחודם בהיותם זוג ולא כבודדים. סיפר פעם ילד להדעון לוין, שעסק בחקר תאומים: "אני אחד, אחי אחד, אבל יחד אנחנו זוג אחד".

קשה להיות חלק משלם ולא אדם שלם בפני עצמו. חשוב לעשות כל מאמץ כדי לא לתת לתאומים הרגשה כזו: להלבישם באופן שונה, לספרם בצורה שונה, לתת להם שמות שאינם תלויים זה בזה (ולא כמו "איילת השחר", כשכל שם הוא חלק משלם), לעודד אותם לשחק עם חברים שונים, ללמוד בכיתות נפרדות כדי לא להגרר לתחרותיות קשה. אולם, אם תאומים נמצאים יחד באותה מסגרת, חשוב לנסות לשבצם בקבוצות עבודה שונות, כדי לאפשר להם להתנסות בנפרד.

★ מחקרים העלו, שתאומים מאחרים לדבר בהשוואה לילדים שנולדו בודדים: בגלל שהם מבינים זה את זה ללא מלים וכיוון שלהורים פחות זמן להקדיש לכל אחד מהם. משפט אופייני לילד שיש לו אח תאום: "אמא, היום תספרי לי סיפור, ותספרי רק לי, ואפילו את לא תקשיבי". יש צורך חזק במשהו אישי, בלבדי, כדי לא להתחלק ללא הרף עם מישהו אחר.

אחת הטעויות הראשונות בהורות נעשו כמסופר בתורה, על ידי רבקה ויצחק, שהתמודדו עם גידול בניהם התאומים עשיו ויעקב: "ויאהב יצחק את עשיו כי ציד בפיו ורבקה אוהבת את יעקב" (בראשית כ"ה, 24). אין ספק, קשה להעניק לכל ילד מהשניים תשומת־לב נפרדת מבלי ליצור חלוקה שלכל ילד הורה אחד שהוא אפוטרופסו.

★ ב"חלוקת תפקידים" בין ילדים תאומים עלול להיווצר מצב, שאחד מהם הוא הפעיל, היוזם, המתמרד, והשני תלוי, סביל, נגרר. זוג תאומים שקיבלו מעילים חדשים, ואמם ביקשה אותם שימדדו אותם. פונה אחד התאומים לאחיו ומבקשו: "תלבש את המעיל, נראה איך אנחנו נראים". סצינה זו ממחישה היטב את בעייתם העיקרית של תאומים: פיתוח זהות עצמית נפרדת, מבלי שתיווצר ביניהם תלות.

היווצרות תלות גורמת לכך שהתאום הפעיל, החזק, נושא על גבו נטל ואחריות כבדים: הוא עלול להיות מתוח, חרד, ואילו אחיו פאסיבי, בעל דימוי עצמי נמוך ומתקשה להתמודד בעצמו עם קשיים. במצבים של תלות מעין זו קשה לילדים תאומים להיות לבד. הם כל כך זקוקים זה לחברתו של זה, עד כי השארות לבד נתפסת כדבר בלתי אפשרי, מעין מצב של "זוג נשוי" כאשר יציאה החוצה נתפסת כבגידה. יחד יש להם הרבה כח – לעשות תעלולים, להיות תת־קבוצה בתוך חברת הילדים – אך כשהם כל אחד בנפרד הם תופסים עצמם כחלשים.

גם בתוך המשפחה הם עלולים ליצור תת־קבוצה: מגינים זה על זה, דואגים לאינטרסים המשותפים ומקשים על אחיהם וההורים.

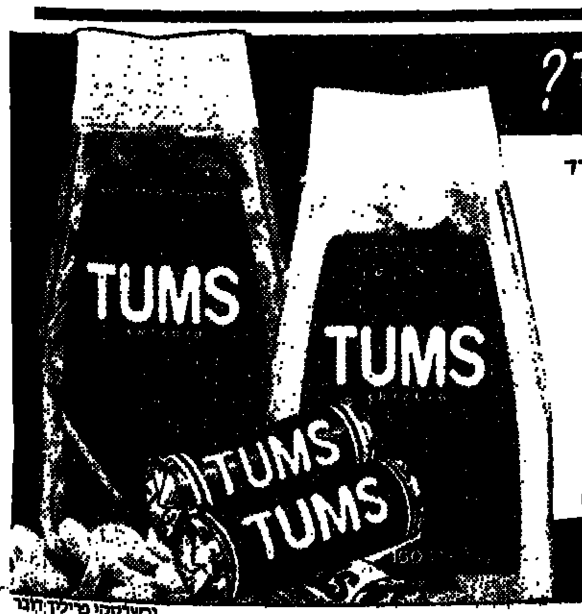
★ כדי להבחין בין תאומים, בעיקר זהים, יש נטיה להדביק להם תוויות "היפה", "החכם", "המרדן", "הטוב/הרע". סטיגמות כאלה מזיקות תמיד, אך כמובן מזיקות במיוחד לתאומים שהאבחנה ביניהם מתבססת כאילו על התווית שהודבקה לו.

על הקשר העמוק בין ילדים תאומים מעיד הסיפור הבא ומתוך ספרה של מרים טמיר "תאומים – שניים שאינם אחד", רשפים, 1985): ילדות תאומות הופרדו זו מזו וממשפחותיהם בתקופת השואה. אחת מהן חונכה על ברכי הנצרות. בתום המלחמה ביקשו לאחד את המשפחה, אך הילדה שחונכה כנוצריה סירבה לעזוב את משפחתה המאמצת ואת דתה. רק לאחר שנשלחה אליה אחותה התאומה "נשברה" ושבה והתאחדה עם משפחתה. ■

מה מצב הסידן אצלך, גבירתי?

מחלת האוסטאופורוזיס (קבוביות העצם) הינה הבעיה המדוברת ביותר כיום בנושא בריאות האשה. המחלה נגרמת בעקבות בריחת סידן מהעצמות. הבלות הביוכימית אצל האשה מתחילה עם הגיעה לשיא התפתחותה בגיל 35. זהו הגיל המתאים להתחיל בפעולות מניעה. כאשר מתגלים הסימנים הקליניים, כבר קשה לתקן את הנזק. החל מגיל 35 מומלץ להבדק אצל רופא ולהקפיד על דיאטה הכוללת לפחות 1000 מיליגרם סידן ליום. מי שאינה צורכת 1000 מיליגרם סידן ביום (מקביל לליטר חלב, או 5 כוסות לבן) חייבת להעזר בתוספת של כדורים. כאן טאמס נכנס לתמונה.

קחי TUMS אחרי כל ארוחה!



להשיג בכל בתי-המרקחת

טאמס (תרופה נגד צרבת וכתוספת סידן)

טאמס – טבליות בטעם מנטה ופירות

ורשבסקי פרילך הובר

רפי יעקובי
פסיכולוג

פניים פנויות

השמן והרזה

אתם מענים זה את זה, נוקמים זה בזה – ובעצם דופקים לעצמכם את החיים.

השמן נתקל בלי כוונה ברזה והכאיב לו מאד. או אולי היה זה דווקא הרזה השלומיאל, שנתקל בשמן מהיר החימה. אך בעצם, זה לא כל כך חשוב מי התחיל. השמן מנתץ כסא והרזה מנפץ כתגובה הולמת את המראה. השמן עוקר את דלת הבית ומתבונן בסיפוק רב מגבוה ברזה הדואג. אך הלה לא נשאר חייב לתקופה ארוכה דיה למרוט את עצבינו, אלא ניגש מיד לעקור את דלת המכונית שלהם, שהם שותפים בה. ואחרי שהוא מטילה אל המדרכה, מיישר את גוו הכחוש בזקיפות קומה גאה ואף נועץ את סנטרו קדימה, למען יראה השמן ויירא.

וזה לא מסתיים כאן. עד מהרה נחפזים השמן והרזה ליטול באצבעות רוטטות וחמדניות כלי נפץ שונים, להקל על עצמם את מלאכת ההרס. ולא נחה דעתם לרגע, עד שהם הופכים את ביתם על תכולתו ואת מכוניתם לגל חורבות. השמן עוד משקיע את עקבו עם כל משקלו בתנועה סיפוקית, בהריסות ומוסיף עוד מעט קולות פצפוץ ורסק, כאשר השברים הופכים לרסיסים. ואילו הרזה קל המשקל, נאלץ לרוץ בשני עקבים צמודים ולקפץ פעמים אחדות על השברים על מנת להשיג אותה עוצמה של חדווה ממעשה ההרס.

וכי מי לא מכיר את הסרטון הזה של השמן והרזה? אמנם, מתקופת הסרט האילם, אך גם ברבות השנים לא נראה שניתן לשפרו.

וכמה זוגות מן הצופים מצליחים לזהות בעצם את עצמם, מתבוננים במעשי ההרס בביתם שלהם.

הוא מעניש – היא עושה דווקא

היא מתלבשת רע במיוחד כשהם הולכים לבקר אצל קרובי משפחה. לא, זו עדיין לא המשפחה שלהם אלא משפחה שלו כמובן. הוא גומל לה כשהם נדברים להפגש אצל קרוביה, והוא בא לשם הישר מן העבודה לא מגולח ועם בגדים מוכתמים.

היא משתכרת ומקיאה במסיבה חגיגית במקום עבודתו. והוא מוצא בתלמידיה המעריצים קהל טוב לגלות להם עדות נאמנה ממקור ראשון איזו אפס יש להם כתור מורה. בכלל לא מה שהם, ברוב טפשותם, חושבים עליה.

היא, בהתקפת ברוגז פתאומית, מחליטה לא ללכת למופע שהוא לחם בגבורה רבה על מנת להשיג כרטיסים נדירים עבורם. הוא, למחרת, קופץ ממקומו ומעניש אותה בכך שהוא מסרב לאכול מטעמים שהיא טרחה הרבה בהכנתם. ושארית הערב יושב שלוב זרועות על החזה, נחוש החלטה, חזק בעקשנותו, רעב להכעיס נוכח הפצרותיה המפייסות.

הוא, ברגע של שיקול דעת מוטעה, ביזבז את כספם וקנה מצלמה, והיא – בכעסה, נטלה מחשבונם המשותף עוד כהנה וכהנה וקנתה ארבעה זוגות מגפיים, בקיץ, להכעיס. שניהם חרגו מזמן מעבר למה שהותר להם על ידי הבנק, ונחוצות להם כמה חודשי עבודה לשניהם, לתקן את מה שעוללו לעצמם ברגע של ניתוק.

היא מפזמת באוזנו של בנה, איזה מין אבא מחורבן יש לו. ובעלה באוזן השניה כותש את שרידי דמותה של אמו בתודעתו. וכך הילד יודע, לבסוף, שאביו הינו הרבה פחות מכל גבר אחר בסביבה, וככל המובנים האפשריים. הוא לא רגיש, הוא לא בעל תבונה, ואפילו כסף איננו יודע להביא הביתה. ומן הערוץ השני זורם המידע שאמו הינה מרשעת, בהמה וסתם זונה. והצאצא, אם הוא רוכש מידע בסיסי זה, יכול רק להתבונן במראה ולדעת שאין לו מפלט וכי גורלו נחרץ. וכי מה הרי יכול לצאת מזיווג וצירוף של שני אילו שאיתרע מזלו להיוולד אצלם? וגם הם בתמורה, כפי הנראה, לא ירוו ממנו הרבה נחת.

הוא דופק להם את הערב במצב קודר ובטרוניות. כבוקר למחרת זה עובר לו. אך עכשיו תורה להעניש את שניהם. והיא מסתובבת מרת נפש כל אותו היום. הוא נוקם בה שוב לעת ערב, ואילו היא שוב נוטלת על עצמה משמרת יום. אפשר לסמוך עליהם שלא ישאירו חלקה טובה אחת במשך שבועות רבים. וכל אחד בתורו שרוי בברוגז, או חולה, או אומלל, או מודאג. בבתים רבים אנשים מענים זה את זה ואת עצמם בעירבוביה. והזמן מתארך והוא צמיג כבוץ דביק.

פטיש על האצבע

הוא בורח לה עם המכונית ועושה לה ברז. בהזדמנות אחרת היא נעלמת עם המכונית בדיוק כשהוא כה זקוק לה.

הם נדברו על כך שהוא יגיע הביתה להחליף אותה בהשגחה על תינוקם, כך שתוכל ללכת לשיר במקהלה. הוא מגיע באיחור והיא נאלצת להשאר בבית בייביסיטר. ובהזדמנות אחרת זה הוא שכוסס צפורניים לחוץ עם התינוק בזרועותיו, כי היא יצאה בכעס בלתי מרוסן מן הבית והסתלקה לה לשאוף רוח. השהות עם ילדם הופכת כך אצלם לעונש.

לא נמאס? הרי אפשר להמשיך את הרשימה הזו עד אין קץ. וישנם זוגות רבים המכלים כך במשך שנים רבות. ונורא מעניין להם.

מעטים מבחינים שכאשר הם פוגעים בבן זוגם הם פוגעים ביחד עם זאת בעצמם. אתה פוגע באשתך, ועם זאת משהו בזהותך כגבר כבעל כחבר נפגע גם הוא. בדרגת ידידות מפותחת יותר נוצרת זהות זוגית ולא יעלה על דעתו של אף אחד מבני הזוג להכביד או לפגוע בחברו. כשם שלא יעלה בדעתך למעוך את אצבעך בפטיש.

אך מגוחך עוד יותר אותו טריד אינפנטילי, שבו אתה פוגע בעצמך ובכלך, כאחד מאופני הענישה והנקמה באדם שקרוב אליך. באחת משפות ההדברות הנוסעות בין הורים וילדים, כאחד מאותם ניבים הסגורים עלינו, הילד "מסרב לאכול לאבי את האוכל" וזו אכן מורטת את שערותיה. עד כה הטמבל מתבלבל לחלוטין ומה שמצוי בהחלט בתחום השייך לדלת אבותיו, ובפרוש ליחסים שלו עם עצמו ובני־מעיו, נדחק לשוליים. האוכל הופך לאמצעי הדברות עם הוריו. היא "אוכל להם" או "יסן להם" כ"ילד טוב". וכשהוא סבור ש"מגיע להם", הוא לא אוכל ולא יסן. הוא משוכנע, כי הוא דופק אותם בכך. ובעצם, פוגע בעיקר בעצמו. כמו שסחטנים מנסים לפגוע, בכך שהם אוחזים בבני ערובה.

מבוגרים רבים ממשיכים להדבר בינם לבין עצמם באותה שפה מטומטמת. והם כותשים עד דק את המעט שהם מצליחים בקושי רב ליצור ולבנות. הורסים כל חלקה טובה לעצמם.

במערך ידידותי מפותח יותר, לא רק שאיש לא יפגע ברעהו, אלא אף לא בעצמו.

את אולי לא מרוצה מן השדיים שלך, אך נהגת מאז ומתמיד בחרות נחושה להשמיץ אותם. אך מן הרגע שהוא אוהב אותך ועד כמה שזה יראה לך משונה, ממש משתגע על השדיים שלך, כמו שהם, לא תוכלי יותר להשמיץ את עצמך ואותם. את ידידה שלו, לאו או לא יאה ללכלך על מה שהוא כל כך אוהב. וכך בשפת הדברות אחרת מזו שתוארה לעיל, חל תיקון אף ביחסיו הרעועים של האדם עם עצמו.

ואם היא ידידתך ואוהבת אותך, קומתך העקומה מקודם הולכת ומזדקפת ביחס עם עוד הזדקפויות המתרחשות בגופך. היחסים הידידותיים הנרקמים בינכם, מכיסים בקלות את מה שמכונה בשפה מגושמת "דימוי עצמי נמוך".

הזהות של ידידים רחבה יותר ואמיצה יותר מן הזהות הפרטית, שהיתה לכל אחד מהם כשהיו בודדים.

ארוכה הדרך לידידות מן הזן הזה. ובדרך עלינו לעבור גלגולים רבים, מעוצבים על פי שפות הדברות ישנות יותר מהם מן הסוג של "השמן והרזה". ואם אתה צריך להשקיע מאמצים מתישים, על מנת להשמר מקרובים, המצויים בנקודה בה יש להם הזדמנות להזיק לך – או אולי כבר מוטב להשאר לבד. קשה לדעת, מתי היכולת להיות חבר מתפתחת למימדים, ההופכים את הידידות לכדאית. היכן יש בזוג תוספת והרחבה על מה שמצוי בכל אחד מהם לחוד. חבל להתעצל לעשות חצי מסלול, ולהסתפק בפחות מזה. ■

האבנים הלא מתגלגלות

ב ין להיטי חדשות־הקטסטרופה מליגת איידס־הרפס המציפות אותנו, מצליחות להסתנן, מפעם לפעם, גם חדשות־עידוד בודדות. כמה מהן סיפרו על שיפור בדרכי טיפול באבני־כליות ואבני כיס מרה. מסתבר שבשנתיים־שלוש האחרונות פותחו שיטות חדשות המאפשרות סילוק אבני כליה ואבני כיס מרה ללא צורך בניתוח.

וכשמדברים על אבנים – נראה כאילו מי לא יודע מה זה אבן. אצלנו, לא רק מכירים מה זה אבן, אפילו מדברים באבנים. מדברים ועוד איך. מדברים בגדול. שפה מיוחדת לימי־ציון בארצנו. אבנים ליום מלחמת ששת הימים, ליום העצמאות, ליום הצהרת בלפור ועוד. ציניים אומרים שבעניין אבנים, אין יום כזה או יום אחר, יש רק יום־יום. אבל, למרות שכולם מכירים את האבן, בכל זאת כדאי לומר כמה מלים על אבן, בהיבט הרפואי, כמובן.

המילון העברי המרוכז של אבן־שושן מגדיר את המילה אבן כ"מחצב הררי מוצק וקשה המצוי, לרוב, בתוך האדמה או על פניה, בחתיכות וכגושים גדולים". הגדרה זו מתארת די טוב את האבן המוכרת, זו שלפעמים מדברים בה. אבל זו לא האבן עליה מדברים ברפואה.

אבן (calculus בלע"ז), במובן הרפואה, פרושה התהוות התקשות מוצקה, כתוצאה ממחלה, לרוב של חומר לא אורגני היכולה להופיע בכל מקום בגופנו. זה הסבר הנשמע מסובך, כבר כשהוא בנסוח "טכני" כזה. בעצם, מנסים לומר דבר די פשוט, אבנים "רפואיות", מובן מאליו שאפשרי שאבנים יכולות להתהוות בכל חלק גוף שהוא. אפשר למנות את מספרן ומיקומן. לסקרנים שבנינו, נזכיר שכל מילון רפואי מצוי מונה למעלה מחמישים מקומות בהם סוגי אבנים שונים יכולים להווצר בגופנו.

יש אבני דרכי דמעות ויש אבני בלוטות רוק, יש אבני־אף ויש אבני חניכיים, יש אבני־פרקים, אבני כליות, אבני כיס מרה ואבני שלפוחית השתן. יש אבני קנה־הנשימה ויש אפילו אבני־לב. ויש עוד ועוד. אבל, עם זאת שאבנים יכולות להווצר בכל מקום בגוף, שכיחות התהוותן שונה באיברים השונים. במערכת הכליות ודרכי השתן ובאיברים מאכסני־חומר ובדרכי ניקוז שבגופנו, שכיחותן גדולה יותר מאשר במקומות אחרים. דוגמאות לאיברים מאכסני חומר יכולים לשמש כיס המרה ובלוטות הרוק. דוגמאות לדרכי ניקוז יכולים לשמש דרכי המרה או צינוריות בלוטות הרוק.

לאבנים הנוצרות בגופנו הרכב כימי הרחוק מלהיות אחיד. יש המורכבים בעקר ממלחי סידן, יש המורכבים מכולסטרון, יש המורכבים בעקר ממלחי חומצת־שתן ויש שבהם תערובת מלחים שונים. סוג האבנים מותנה, במידה מסויימת, באיבר בו מדובר, בריכוזי וסוגי החומרים המצויים בו ובתהליך המחלתי המביא להווצרותן.

תהליכים מחלתיים הגורמים להתהוות אבנים בגופנו יכולים להיות כאלה המשנים את מסיסות המרכיבים בנוזלי הסביבה ושנוי חומציות השתן, למשל, ביצירת ריכוז־יתר של חומרים מרכיבי אבן בנוזלים אלה ושנויים בריכוז הסידן במחלות חילוף חומרים שונות, זהומים מקומיים חוזרים, שיבוש פעולת צינוריות־ניקוז של איברים שונים (למשל, היצרות צינור הפרשת דמעות, היצרות צינור כיס מרה, חסימה חלקית של דרכי שתן על ידי ערמונית מוגדלת).

כלשעצמן, אבנים שנוצרו בגופנו יכולות להתקיים גם ללא גרימת מחלה או הפרעה. במקרים כאלה מדובר ב"אבנים שקטות". אלה מתגלות, לרוב, במקרה, במהלך בדיקה כזו או אחרת בזמן ברור רפואי. אבל, קורא לא פעם, שהאבן עצמה גורמת להפרעות או למחלות. אלה יכולות להתבטא בכאבים, בזהומים חוזרים, בדימומים ובהפרעות בתפקוד האבר בו מדובר.

גלוי אבנים בגופנו, שקטות או פעילות, דורש, לכן, לעתים קרובות, ברור רפואי רחב כדי לאמוד את משמעות הממצא ולהעריך נכון את הצורך בטיפול ובמניעת הווצרות חדשה שלהן. ■

אתי רוזנברג־ניצן

משמרת ערב

ע שר בלילה. סיומה של משמרת ערב. אני מתיישבת לכתוב דו"ח על מצב החולים שלי.

פושטת זוג רגליים עייפות. מותשות. קצת חושבת, וקצת מריחה את ריח הסבל שבאוויר. הריח הכואב הזה, ריח שאחיות לומדות להריח ושהופך להיות חלק מאיתנו.

במחברת ה"רפורט" עדיין רשומה גברת בן־ייעקב, שנפטרה לפני כחצי שעה. אשה זקנה בת 91. מוות שקט, בלא הרבה סבל. במותה היו סביבה נכדים ונינים. מוות של זיקנה.

בעיני זהו מוות של כבוד – אני מהרהרת תוך סימון הפרטים החיוניים בתיק.

הוריים רושמות מי חש בטוב ומי לא כל־כך, כשלפתע אני קולטת דמות אשה מתקרבת, מתרחקת. אני מתכלת ורואה את אמא של רְנָנָה. אשה קטנה עם מבט מהסס בעיניים.

רננה, בתה בת ה־19, חולה במחלה ממאירה. האשפוז הנוכחי אינו ראשון או אחרון.

זה מכבר חדלנו, היא ואני, לספור את האשפוזים. רננה ואמה הן חלק מן הנוף המחלקתי, חלק כואב במיוחד.

"את זקוקה למשהו "אמא־של־רננה?" אני תוהה.

"לא... בעצם, רציתי לשאול משהו, אם אינני מפריעה" היא לוחשת.

אני מניחה את העט על השולחן. היא מתקרבת ומתיישבת. יש לה אור פתאומי בעיניים כשהיא מדברת.

"את בטח תצחקי עלי, אחות דורית, אבל שמעתי שהגברת הזקנה נפטרה. ברוך דיין האמת.

את יודעת, כשהייתי קטנה לימדו אותי שאפשר לבקש בקשות מגופת נפטר, ליהנות ידיים על הגוויה, ולבקש..."

איני מביטה בה. מבליעה חיוך. גדהם.

היא מוסיפה להביט בי באומץ, בהתרסה. אני רואה את הרצינות בעיניה, את התחינה "תראי, אני... מכבדת כל אמונה. אין לי כל־כך נסיון בדבר הזה, אני משערת שאצטרך לבקש את רשות משפחתה של גברת בן־ייעקב המנוחה..."

"בוודאי" – היא קוטעת בנחישות – שהכל ייעשה לפי הדין". אני קמה, מהוססת. עיני האשה הקטנה מלוות אותי בחמימותן.

משפחת בן־ייעקב עדיין נמצאת בסביבה, לצורך סידורי קבורה שונים.

אני מביעה את הבקשה המוזרה. בכל העוז שיש בי, בכל השליחויות.

המשפחה מכבדת. הם הספיקו להכיר את רננה ומשפחתה. האור כמו ניבט גם מעיניהם.

"מי יתן וזכות אמא תעבור לרננה" אומר בנה הבכור, קשיש בזכות עצמו.

אמא־של־רננה, אוחזת בידי ואנו פוסעות לחדר הצדדי, שם מונחת גופתה של הנפטרת. אני מגלה את הסדין מעל לגופה. אמא של רננה מניחה שתי ידיים למודות סבל על לבטן קמוטה כמו קלף.

"גברת בן־ייעקב, את שחיית שנים כה רבות בבריאות טובה, בוודאי רואה עכשיו את בתי, רננה. לרננה שלי מלאו תשע עשרה שנים, והיא כולה כאב. אין עצם אחת שלא כואבת לה, אין שריר אחד שלא דוקר בה.

"והגברת בן־ייעקב, בקשתי שתמליצי כי רננה שלי תחיה, בלי המחלה הנוראה..."

האשה הקטנה פורצת בבכי, כל גופה מטלטל כסערה. אני מניחה את הסדין, ועוטפת את האשה הקטנה בגופי העייף. כך אנו עומדות דקה, דקותיים.

לפתע היא מרימה מבט מחייכת חיוך של תודה. אני מביטה בעיניים הדומעות מתחת לתלתלים דהויים, ורואה משהו שטרם ראיתי בהן.

אולי, זו תקווה. ■

הכתר שלראשנו

ש אלה: בזמן האחרון, לפני בוא הקיץ, עשיתי כמה דיאטות־בזק להורדה מהירה במשקלי. הצלחתי, אבל השיער שלי איבד מהברק והחיוניות שלו. האם הסיבה יכולה לנבוע מחוסר איזון בתזונה שלי?

תשובה: את נותנת את התשובה כבר בגוף השאלה שלך. המקור בוודאי באכילה לא נכונה ובעיקר בדיאטות בזק למיניהן, וכך אנו פוסחים על חלק מאבות המזון החיוניים לגופנו.

האוכל שאנו מכניסים לגופנו חייב להיות מורכב מכל אבות המזון: חלבונים, שומנים, פחמימות, מים, סיבים, ויטמינים ומינראלים. כל אחד בנפרד לא יחולל תוצאות מרעישות.

השומנים הלא־רוויים (זיתים, בוטנים, חריע, תירס, שומשום, חמניות ופולי סויה) נחשבים למועילים לבלוטות החלב, המיצרות את הלחות והסיכה הדרושים לעור לקרקפת ולשיער.

ד"ר ארווין לובוב, דרמאטולוג אמריקאי ידוע, מציין במיוחד את חשיבות הויטמינים לצמיחה יפה של שיער.

להלן רשימת הויטמינים הדרושים לנו על מנת ששיער יהיה מבריק ויפה.

ויטמין A: דרוש לנו לבניית מערכות חיסון, לבריאות העור והשיער. צריכה מופרזת של ויטמין A, עלולה להזיק לשיער ולעור, לגרום להתייבשות העור, לדלקת זקיקי השיער ואפילו להתקרחות.

מקורות לויטמין A: גזר, פטרוזיליה, בטטות, עלי לפת, מישמש, מלון, מנגו, תות, פאפיה, אפרסק, דובדבנים, ביצים, מוצרי חלב, דגנים ובשרים.

ויטמין B: זוהי תשלובת המונה יותר מתריסר ויטמינים, השומרים על מאגרי האנרגיה, לוחמים במצבי לחץ, עוזרים לבנות ולתקן תאים בגוף.

ויטמין B1 (התאמין): הוכח שמחסור בויטמין זה עלול להשפיע לרעה על צמיחת השיער. בנסיון שנערך בחיות, שללו מהחיות ויטמין זה במשך כמה שבועות. התוצאה: פרוותן הדלדלה ואיבדה משערותיה.

המקורות לויטמין B1: בשר בקר, לב, כבד, כליות, שמרי בירה, דגנים מלאים, אגוזים, זרעים לא קלויים.

ויטמין B6 (פירידוקסין): חיות מעבדה שמנעו מהם את ויטמין B6 הראו סימנים של נשירת שיער, ועור דלוק עם קשקשים.

מקורות לויטמין B6: גזר, כרוב, אבוקדו, בננות, שזיפים יבשים, צימוקים, בשר בקר כבד וכליות. דגנים מלאים, דגים טריים, חלב, אגוזים, גרעיני חמניות ושמרי בירה.

ויטמין B9 (חומצה פולית): מחסור בויטמין זה גורם לאנמיה. יכול להשפיע לרעה בזמן החלמה ממחלה ולגרום לנשירת שיער, כולל גבות וריסים. משפיע על שמירה של הצבע הטבעי של השיער.

מקורות לויטמין B9: ירקות בעלי עלים כהים, אגוזים, כבד ושמרי בירה.

האינוזיטול השייך לקבוצת ויטמין B, מונע התקרחות. לא אכנס לפירוט נוסף, אבל בתחקרים הוכיחו שלקבוצת ויטמין B יש השלכות גם על שמירת הצבע הטבעי של השיער, ונתאר בו גורם להופעת שיער שיבה.

כולסטרול: עודף כולסטרול בגוף מקשה על זרימה תקינה של דם בעורקים: נפגעת זרימת הדם החיונית לחיי שיער ובריאותו. הדם אינו מגיע לפקעות השיער, שהוא "מפעל בייצור" של השערות.

ויטמין C: דרוש לרקמות בריאות, לחיזוק וריפוי מערכת החיסון של הגוף, מסייע לשחזור הדם ולניצול יעיל של החמצן.

מקורות לויטמין C: כרוב, פלפל ירוק ואדום, כולרבי, לפת, פרי הדר, מישמש, מלון, דובדבנים, גויבה, פאפיה, ותות שדה.

ויטמין D: הגוף משתמש בויטמין זה להעברת חמצן מחלק אחד של הגוף למישנהו. לכן הוא חשוב גם בטיפוח השיער.

מקורות לויטמין D: כבד, חלמון ביצה דגים ומאכלי ים. אור השמש הפועל על גופנו דרך העור – מספק לנו, בעיקר בארץ, ויטמין זה.

ויטמין E: מווסת את אספקת החמצן, שומר על תקינותו של מחזור הדם. מחסור בויטמין E עלול לגרום ל"החלשות" של כדוריות הדם האדומות.

מקורות לויטמין E: דגנים מלאים, נבטי חיטה, קטניות, זרעונים, אגוזים, ירקות בעלי עלים, פירות, ביצים, כבד בקר ושמנים צמחיים לא מזוקקים.

מינרלים: חיוניים לתאי הגוף ודרושים לתיפקוד נורמלי של כל המערכות.

אני מקווה שהתשובה המפורטת תעזור לכל אלה שחושבים על דיאטות בזק. ■

הכל נקי...

■ סדרה חדשה של מוצרי כביסה מציגה היצרנית זהר־דליה. סדרת "פסגה" המשווקת על ידי "חוגלה", מקווה לתת תשובה ישראלית למוצרי היבוא המקבילים, ולאחר תקופה ארוכה של נסיונות והתלבטויות היא פורצת לחנויות ולרשתות השיווק בכל עוצמתה. האריזות ברמה גבוהה, המחיר זהה לתוצרת חוץ – לגבי האיכות יש עוד לראות כיצד יגיבו הקונים. לי מפריע שלכל מוצר שם אחר, למרות שמדובר בסדרת מוצרים חדשה מאותו "בית", יכן שהריח האופיני לכל מוצר משתנה ואינו אחיד לכל הסדרה. "פסגה" מוצגת לציבור הישראלי כ"תחליף ליבוא" – מטרה שלכשעצמה מתקבלת בספק. מוצר טוב יכבוש את הקהל גם אם אינו בא להחליף אלא עומד בזכות עצמו.

■ חברת "ויטקו" הותיקה, יצרנית מוצרי "קלין", מחדשת את הריח במוצר הותיק והטוב שלה "בדין". באריזה הכחולה הוא ימשיך להדיף את הריח המוכר, ואילו הבקבוק הורוד יכיל את אותו המוצר, המרכך את הכביסה ומונע חשמל סטטי ביבוש, אך יהיה בעל ריח לבנדר. ליטר אחד - 2.03 ש"ח.

■ חברת היבוא "גורי" מצרפת לאבקת הכביסה "קולון" חומר חדש, "קליה", ה"מחדש כביסה". מיועד לכבסים צבעוניים ולבנים, להסרת כתמים, לרענון הבד.

■ נוזל לניקוי כיורים, אסלות, אריחים בשם "פיינס אול" מיוצר בארץ על ידי חברת יונייטד קמיקלס אינקורפורייטד, על פי נוסחה אמריקאית. 525 סמ"ק – 4.50 ש"ח. בתרגום חופשי – לי נראה המוצר החדש כמו הליזול הותיק, בריח יותר נעים.

■ חברת "נקה" משווקת לאחרונה מבשמי אויר מתוצרת חברת מיטל, בריחות שונים ועם מכסה מתברג שאינו נפרד מהאריזה ומגן מפני ילדים סקרנים.

■ אם אתם חיבים להשתמש בשירותים ציבוריים והחשש גורם במעט לעצירות – העזרו בהתזה קלה של מוצר חדש – "ווסאפה". מיכל קטן, מאפשר 120 התזות המחטאות את המושב. מצוין למילואים, לטיול, לחו"ל, ולמקומות עבודה לא כל כך נקיים.

■ מוצר אחר לאותה מטרה – "אסלון", נייר כיסוי לאסלה, משווק ע"י אלמיר סחר בינלאומי. בכל אריזה 10 ניירות, המחיר 2.5 ש"ח, ברשתות השיווק ובתי מרקחת.

מיכל הולצמן

שחמט

שאול הון

הפער גדל

במר הכושר הבינלאומי החצי-שנתי, שפורסם לסוף יוני, הגיע הפער בין קספרוב לקרפוב ל-40 נקודות: קספרוב 2740 (מתקרב לפישר בשיאו, שהגיע ל-2785), קרפוב 2700. ושוב משחרבב לכאן קמפומאנס: הוא הוסיף פרשנות, ששני השחקנים מיטיבים להכיר זה את זה (שיחקו כבר 100 משחקים ביניהם) ולפער לא תהיה השפעה בקרב הכתר.

בעבר לא ראה קמפומאנס צורך להוסיף פרשנות והוא עושה זאת לראשונה, כי ירידו הטוב קרפוב נחות במד-כושר לעומת אלוף העולם. שוב נקיטת עמדה בגלוי לטובת אחד הצדדים במאבק העולמי, גישה שכבר ראינוה בעבר והכלטנוה במרור זה.

לאחר קרפוב באים כמד כושר יוסופוב וסוקולוב 2635, בליאבסקי, קורצ'נוי וטימן 2630, טל וליובוייביץ' 2625, ניקוליץ' ושורט 2620. שורט ירד ממקום 6 למקום 10–11. לרוסים יש 6 מ-11 הראשונים בעולם.

בולטת עדיפותם בין הנשים: 8 מ-11 הראשונות בעולם. צ'יבורדאנידזה 2550, גפרינדשווילי 2495, ז'וז'ה פולגר 2485, יוסיליאני 2450, קרמלינג 2445. קלימובה הצ'כית עשירית והאחרות רוסיות.

★ הפתעה ליריב: הגנת בודפשט היתה מקובלת בשנות ה-20, אך יצאה משימוש תחרותי בשל היתרון שמשיג לבן כבר בפתיחה. והנה החליט שחקן אינדונזי אלמוני להפתיע בה באולימפיארת דובאי את יריבו, אמן פינלנדי, וההפתעה השתלמה.

אירוולה — **ליו**

1. ר4 פ-ו6, 2. ג4 ה5, 3. ד:ה5 פ-ז4, 4. פ-ו3 ר-ג5, 5. ה3 פ-ג6, 6. א3 א5, 7. ב3 0-0, 8. ר-ב2 צ-ה8, 9. ר-ד3 ד6 (אפשר פ:ה5, אך שחור הכין הפתעה), 10. ה:ד פ:ו2, 11. מ:פ צ:ה3, 12. מ-ו1 ר-ז4, 13. ר-ה2 רופ, 14. ר:ר מה-ח4 (מאיים 15. – צ-ד3, 16. מה-ח1 צ-ד1 וכופה מט), 15. צ-א2 צא-ה8, 16. ר-ג3 ג:ד6, 17. ג3 מה-ח3+, 18. ר-ז1 (או 18. צ-ז1 מה-ו5, 19. צ-ז1 צ-ד3, 20. מה-ג3 ר:צ וזוכה) מה-ו5+, 19. צ-ז1 מה:צ1+, 20. מ:מה צ-ד3+ לבן נכנע, על מ-ו1 בא צ:מה+ וכופה מט.

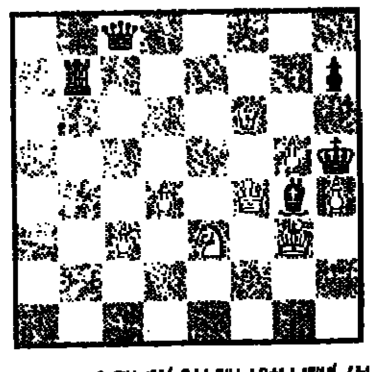
★ באליפות פתוחה של ת"א לנוער (גילאי 8–16), שנערכה במועדון "הפועל" (38 משתתפים), ניצח נרב אגוזי – 5.5 מ-7. בתחרות לפתרון בעיות ניצח רונן הר-צבי (בן 11).

★ ליכטנשטיין: באליפות הפתוחה (90 משתתפים) ניצחו צווטקוביץ' (יוג.), שוידלר, הכט (גרמניה) וקלינגר (אוסטריה) – כ"א 7 מ-9.

★ ברן: בתחרות לזכר מקס בלאו ניצחו קמפורה (ארגנ.) וגלר 8 מ-11.

דיאגרמה מס' 89

בסיומו של המשחק הבא מותקף הרץ השחור. שחור הגיב ר-ה2 (לא יצלח צ-ב1 בגלל מה-ה4) ולבן כפה זכיה נאה. איך?



יצא-ד, 47 הושה, 64 מה-ד3 59 ה-ד, 65 ■

בולים

אליעזר בן

האימפריה החורכית בגדולתה ובנפילתה

ארבעה בולים בצבעים מגוונים, בערך של 10, 20, 50, 200 לירה שהונפקו עתה בתורכיה, מוקדשים להיסטוריה העשירה של האימפריה התורכית, ששלטה על מחצית העולם: ★ "שלטון הזהב" ★ האימפריה הגדולה של תימור ★ האימפריה של באביר ★ האימפריה העותמאנית.

הבולים מציגים את דיוקניהם של מייסדי האימפריות, דגליהן ואיורים המיוחדים לשליטים אלה.

יחסי אמריקה-מרוקו

במלאות 200 שנה לקשירת יחסים דיפלומטיים בין ארצות הברית למרוקו, הונפקו ב-18 ביולי, בשתי המדינות, בולים זהים, המציגים דלת מאורנמנט, הנמצא בארמון המלך בפז, מרוקו. ערך הבולים 22 סנט בארה"ב ו-2.00 דה. במרוקו.

כן יונפקו בארה"ב ב-1 באוקטובר, 5 בולים של 22 סנט כ"א, המציג קטרי רכבת היסטוריים, והם יראו אור לקראת תערוכת בולים "מילקופקס 87", שתיערך בעיר מילווקי. הקטרים הם משנות 1830, 1832, 1829 ו-1839.

ממציאים קנדיים

ארבעה בולים בערך של 36 סנט כ"א, המונפקים עתה בקנדה, מוקדשים ל-5 אישים, ממציאים נתחומי הטכנולוגיה והמדע: שרל פנרטי, יליד נובה סקטיה, שהמציא ב-1838 לראשונה את תעשיית הנייר מעצים. פרידריך ניוטן גיסבורן, מהנדס בריטי שהיגר לקנדה, הניח כ-1852 את כבל התת-ימי בין האיים השונים וכן בין צפון אמריקה לאירופה. וויליאם לגו וגיאורג דספרט, שהמציאו ב-1869 את המצלמה הראשונה. ר. אובריי פסנדון, יליד קוויבק, אשר עבד בארה"ב וב-1900 המציא את שידורי-הרדיו ולזכותו עוד 500 המצאות בתחומים טכניים. על הבולים מופיעים דיוקנאותיהם של הממציאים, על רקע ההמצאות שלהם.

"פראגה 88"

לקראת תערוכת בולים בינלאומים, שתיערך בבירת צ'כוסלובקיה, "פראגה 88", מונפקים 5 בולים המציגים מכשירי דואר עתיקים. ■

ברידג'

אדריאן שוורץ

שגיאה בלקיחה הראשונה

גם שחקני ברידג' מעולים משחקים לפי דפוסי מחשבה בלתי גמישים ולפעמים דבר זה עולה להם ביוקר. הסלם שלהלן, הלקוח מתחרות שנערכה בארה"ב, "נמסר" על-ידי המגן במזרח בלקיחה הראשונה על-ידי שהשליך קלף שנראה לו "נוח". אמנם, יתכן שרוב שחקני הברידג' היו משליכים אותו הקלף אך אין ספק שהדבר נעשה ללא מחשבה יסודית, למרות שהמשחק היה מומחה אמריקני נודע.

	צפון ♠AKQ2 ♥AKQJ ♦AK10 ♣109	
מזרח ♠J1098 ♥75432 ♦9765 ♣——		**מערב** ♠76543 ♥1098 ♦Q8 ♣KQJ
	דרום ♠—— ♥6 ♦J432 ♣A8765432	

צפון – דרום בראשונה, מחלק דרום.

דרום	מערב	צפון	מזרח
3 ללא שליט	פאס	6 ללא שליט	פאס
	פאס	פאס	

ההכרזה של דרום מאד מודרנית וחריגה. היא מראה יד "מפריעה" ארוכה בקלאב או בדיאמונד, בדרך-כלל שמיניה וכמובן חולשה כללית. החוזה הסופי, שאותו הכריז צפון, טוב במידה מספקת (ביצועו תלוי בחלוקה שניים – שניים בקלאבים) אך ברור שצפון הגזים במקצת, על אף כוחו הרב. מערב יצא במלך קלאב ומזרח השליך את הקלף ה"נוח" ביותר: את ההארט החמישי. הכרוז, שנוכח בעובדה שלמזרח אין קלאבים, מצא את מה שנראה לו הפתרון. הוא לקח באלוף קלאב ושיחק דיאמונד אל האלוף, המשיך במלך, וכשתקוותו התממשה והמלכה נפלה, המשיך ב-10 דיאמונד. עכשיו שיחק אלוף, מלך ומלכה ספייד ואת הספייד הרביעי מסר למזרח, שנאלץ לתת לכרוז את הלקיחה הבאה בדיאמונד (בינתיים השתחרר הכרוז מרוב הקלאבים שבידו).

גם השלכת דיאמונד בלקיחה הראשונה היתה טעות, כי הדבר היה מאפשר לקיחת ה-10 בנסיך (לאחר שהמלכה היתה נופלת) והדיאמונד האחרון של הכרוז היה מוגבה. רק אם משליכים ספייד אפשר להכשיל את החוזה וזה הדבר הנכון לעשותו גם אם לכרוז יש ספייד בודד בידו. אך להשליך ספייד במצב הזה, פירושו לפעול נגד כל התורה ששחקן ברידג' למד. ומי זה פועל בניגוד למה שלמד? ■

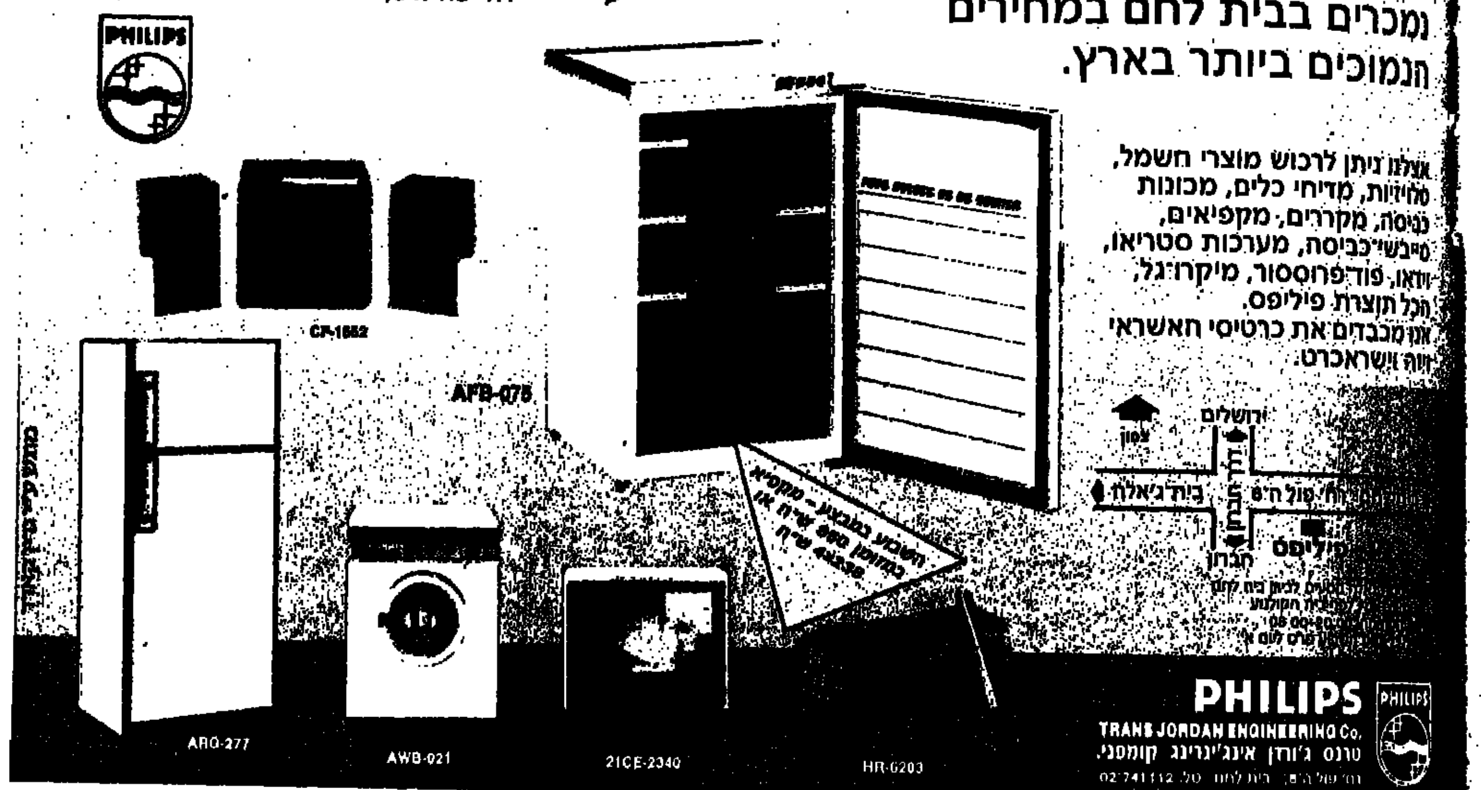
PHILIPS COSTS LESS IN BETHLEHEM
פיליפס זול יותר בבית לחם

TRANS JORDAN ENGINEERING Co.
טרנס ג'ורדן אינג'ינרינג קומפני.
רח' פול ה"6, בית לחם טל. 02-741112

מועדון צרכנים לקוראי מעריב

מוצרי האיכות החשמליים לבית נמכרים בבית לחם במחירים הנמוכים ביותר בארץ.

אצלנו ניתן לרכוש מוצרי חשמל, טלויזיות, מדיחי כלים, מכונות כביסה, מקררים, מקפיאים, מייבשי כביסה, מערכות סטריאו, וידאו, פוד-פרוססור, מיקרו-גל, וכל תוצרת פיליפס.
אנו מכבדים את כרטיסי האשראי ויזה וישראכרט.



PHILIPS
TRANS JORDAN ENGINEERING Co.
טרנס ג'ורדן אינג'ינרינג קומפני.
רח' פול ה"6, בית לחם טל. 02-741112

ליטאל
עיצוב של איכות ונוחות.

מאת: אביעד פוחורילס

חלומם הגדול של רבים וטובים מאיתנו הוא לצאת מן הכוך המעצבן שנקרא בית, ולחפש איכויות חדשות של חיים בדמותן של דירות וחנות ומרחיבות. אולם לא כל אחד יכול להרשות לעצמו את הלוקסוס הזה של החלפת דירה, מאמץ שמחייב גיוס רבבות דולארים. לשם כך קיים המושג עיצוב פנים ואדריכליות שאותו מכנדת שלישיה מקצוענית המאפשרת לך לפתוח פרק חדש במושג איכות חיים.

יורי ליטווק, מהנדס, בניין ואדריכל, ועיתו איבט שהיא מעצבת פנים מוסמכת, יולי רוטמן, מהנדס, הם הצוות המקצוען והמעולה המנסה ומצליח להתמודד עם כל בעיה נתונה הקשורה בעיצוב פנים, החל משינויים ושיפוצים קלים ופשוטים ועד שינוי מוחלט. בכל מקרה, מבטיח המוצר המוגמר איכויות שלא הכרת קודם.

יורי איבט, ויולי מיישמים במשרדם ברחובות, הנקרא "ליטאל" שיטה אחרת במושג אדריכלות ועיצוב הפנים כשחמוטו הוא "ריכוז המונע ניזבוז; העיקרון פשוט: ריכוז כל השלבים החל מן התיכנון הראשוני, ועד גמר העבודה הסופית, אם כי גם כאן אין מחויבות ואפשר להתייחס לכל שלב בתיכנון כשלב נפרד. כל שלב בתוכנית נעשה ביעוץ צמוד עם הלקוח ולשביעות רצונו המלאה. הלקוח שותף צמוד בתיכנון. היתרון: חסכון ניכר בזמן וכאבי ראש", וכן חסכון בעלויות יצור ומן, והחשוב ביותר, המנעות ממריטת עצבים אפשרית המאפיינת כל כך את ההתקשרות עם בעלי מקצוע רבים. ב"ליטאל" אתה מדבר עם כתובת אנשים ומקבל יותר שירות. ב"ליטאל" לא תמצא מקום למקריות והתיכנון הוא א'ב', אצלך, הפינה הפרטית שלך לא תהיה כמו אצל השכנה ממול.

יורי ואיבט, בעלי נסיון עשיר בתחום זה עוד מחו"ל, הבינו כי חשיטה הריכוזית פועלת היטב, והעילות מתבטאת בצורה מרשימה, ובמשך 10 שנים הם מיישמים אותה ב"ליטאל" רחובות. המהנדס יולי רוטמן שהצטרף שנתיים מאוחר יותר מפקח על הביצוע הטכני והמקצועי של העבודות חשובות כל שלבי העבודה החל בתכנון הראשוני, דרך התיכנון המעמיק ורב ההשראה, ועד הגימור נעשים בידם ותכנונם מעוצב ומיושם בדירות, בתים פרטיים, עסקים שונים ומשרדים, כשהלקוח זוכה לשיתוף פעולה ישיר מחם. כמו כן דואגים השלושה לעצם הביצוע בעזרתם של אנשי מקצוע מעולים מסוגם, העובדים ב"ליטאל". הצוות המקצועי הקבוע כולל שני נגרים מקצוענים, אחד מומחה בגימור, וחשני סופר כבר 40 שנות נסיון ואמינות. הבנאי של הצוות הוא בעל דרגת 5 מאסטר, שהיא הדרגה הגבוהה ביותר בענף. וכן אמורים הדברים לגבי הצבע. צוות זה בנוסף לאנשי מקצוע אמינים נוספים, מבצע כל עבודה הקשורה בעיצוב ואדריכלות פנים, כל זאת בניצוחם של איבט, יורי, ויולי. תשומת לב רבה ניתנת ללקוח עצמו ממנו נחסכים מעצם אופי הצוות כל חריצות וכאבי הראש שנגרמות לו לשאול פעמיים "בשביל מה לי כל הבאלאגן הזה" — אצל "ליטאל" הוא לא ישאל.

יתרון נוסף לעצם חיותם של המתכננים והמבצעים גוף אחד, הוא שקל יותר ללקוח לפקח, להרגיש שותף לעשיה. צוות "ליטאל" יושב עם הלקוח, שומעים את דעתו ובהתאם ליכולתו הכלכלית מתאימים לו את רצונותיו.

היעוץ יכול להינתן במשרדי "ליטאל" או בבית הלקוח. — כבר בשלב ההיכרות הראשוני תוהים על קנקנה של התוכנית, ולכן משהתקבל "אור-ירוק" מן הלקוח ממשיכים שלב אחר שלב בתכנון. הדגש הוא על שיתופו של הלקוח "שידו תמיד על הדופק".

תוכניותיה של "ליטאל" מרשימות מאד, ועל כך נספר בהמשך. חפשו את כתבה מס. 2 במוספי סגנון הקרובים.

ליטאל — מעצבי פנים. רח' ויצמן 9 רחובות 08-470292

מוגש ע"י גרין-קארד, יצחק שדה 34 337129/5, סיגנון, 22.7.87

DORIT דורית

דוריה כימיקלים תעשיות (1981) בע״מ

יצרני
פלמינגו דלק יבש
סילבר־דיפ לניקוי כלי כסף בטבילה
רון ואקס להברקת הרצפה ועוד

בנייני תעשיה, מקור ברוך, ירושלים
ת.ד. 3859 ירושלים 91037 טל׳: 539005, 02-539085

שיווק כלי עבודה וחומרי בנין
לבתי מלון ומסעדות
הכובשים 51 ת״א טל. 03־567646.

שווק דגים
וסלומון מעושן

רח׳ סגולה 15 יפו
טל. 821560 – 03־824481

כל פתרונות הניקיון
למטבח המוסדי ולמלונות בזוהר דליה

DALIA זוהר ZOHAR

- **טקסטול שמפו** – לשטיפת כלים ולניקוי כללי.
- **PL"4** – למכונה להדחת כלים.
- **מרצף** – לשטיפת רצפות ולניקוי קל.
- **סכומית** – לניקוי נירוסטה וחרסינה.
- **משחה לניקוי תנורים** – להסרת שומנים שרופים.
- **זוהר A.D.** – חומר אלקלי שאינו תוקף מתכות (כולל אלומיניום).
- **ספטו־קל** – נוזל לחיטוי וניקוי פירות וירקות על פי המלצת המכון למיקרוביולוגיה של המזון.
- **ק.מ.ס. כלורין** – אבקת כלור לניקוי וחיטוי.
- **דפינול** – משחה לניקוי וחיטוי שרותים.
- **זהרפון"K** – נוזל לניקוי שטיחים וריפודים.
- **PL"2** – לניקוי ציוד מטבחים מנירוסטה וברזל.
- **זוהר G** – להסרת שומנים שרופים בהתוה.
- **L.S.7** – לניקוי רצפות ומשטחים משומנים.

זהר דליה
ביחיד לסבון ודטרגנטים

קיבוץ דליה, 18920,
טלפון: 04־897234.
טלקס: 46261 ZODAL IL.

המשווק: **מוצרי תכן בע״מ**
המשרד הראשי ת״א, רח׳ הארבעה 21
טל. 03־263267, סניפים: חיפה – 04־674283,
ירושלים – 02־718211, באר־שבע – 057־39123.

דורות ישראלי בדמה של חו״ל

נופש אמיתי מציע מלון דן פנורמה: שרות ואווירה בינלאומית, באוירה ישראלית.

מתי נפשת לאחרונה?
מחקרים רבים מצביעים על כך, שיציאה לנופש איננה רק פינוק וגם... שינוי אוירה, התפרקות מהמתחים – חיוניים לתפקודו התקין של האדם...
חיי היום־יום עמוסים באתגרים עימם אנו חייבים להתמודד... במשך הזמן את כוחותינו הנפשיים והגופניים, מחלישה את...
עמידותנו ואת כושרנו ליהנות.
יציאה מן השגרה לנופש הינה, למעשה, זמן ל״ניקוי ראש״... המעורבות לתקינותנו, ומתדלק אותנו עד לחויה הבאה.
כדי שהנופש יהא יעיל עליו לספק לנו כמה מרכיבים: לתת לגוף... לנו רוגע ושלווה מלאים שירחיקו אותנו מלחצים ומדאגות... אותנו מהצורך המעיק לכתת רגליים בחיפוש אחר מקומות בילוי, ... דאגה לפעילות מהנה.
בידור ישראלי מעודכן יום יום
שילוב כזה של נופש אמיתי עם יתרונות הבילוי וההנאה ... מעניק מלון דן פנורמה.
המלון, שעבר התפרצות וידיים רבות מאז היווסדו, ... בידיו האמונות של המנכ״ל החדש ויקטור ששון.
תוך שנה אחת הפך המלון ליעדם המועדף של נופשים ותיקים. ... להעריך מקום הנותן תמורה מלאה לכספם.
המלון מעניק לאורחיו שרות מקצועי ואירוח ברמה מעולה. ... מיוחדת מוקדשת לנושא הבידור, ודן פנורמה הינו המלון היחיד ... למצוא בידור ישראלי מעודכן ועכשוי בכל יום ויום.
ואל תדאגו לילדים. תוכלו להקדיש עצמכם בשלמות למנוחה ולבילוי... המהנים במלון, כאשר ילדיכם נהנים גם הם מתשומת לב מלאה ... לצרכיהם, בפעילויות שונות המותאמות לגילם.
מן הנופש הזה תשובו, ילדיכם ואתם, רעננים ומאוששים אל הבית ... המצפים לכם – עד לנופש הבא.

יבוא ושווק מוצרי מזון וחומרי ניקוי

ת״א הגרא 37, טל. 372336
אור יהודה, המפעל 11, טל. 349444/5

נוה בע״מ 1986

בהנהלת
יעקב את יצחק

שרותי כביסה
וניקוי יבש
לבתי מלון, מוסדות ומפעלים

רחוב מנדלי 12 בת־ים
טל. 03־865499

דורפמן את כהן
שווק דגים לבתי מלון ומסעדות

הרבי מבכרך 14 ת״א
טל. 825488

גולדפרוסט
שחף
מוצרי מזון מוקפאים

המשביר 25 אזור התעשיה חולון
טל. 03־5562799, 03־5562775.

סהר אברהם – מרקו בכר

שווק פירות וירקות

משרד: חשמונאים 88 ת״א, טל. 219760 – 256790
שוק סיטונאי, ביתן ב׳ מס׳ 13 ת״א, טל. 263889, 219842

אספקה טריה של פירות וירקות
לבתי מלון, מוסדות, אוניות ומטוסים.

פרחים, צמחים ודקורציה
תכנות וביצוע
בהנהלת: חיים צבי

משרד ראשי:
שד׳ ירושלים 6 ר״ג, טל. 762530, 777313
טל. מען: 9644108

סיב תקשורת בע״מ
התקנת תשתית וציוד תקשורת
מחשבים וטלפונים

רח׳ אבא הלל 40 ר״ג
טלפון: 7528868

שווק לבתי מלון ומסעדות בע״מ
יבואנים לציוד וכלים

שטח נמל ת״א, ת.ד. 6235
טלפון 03־5464433
(10 קוים)

גלבוע
חברה לשווק וסחר בע״מ

נמל ת״א, מחסן 5, ת.ד. 6382
טל. 459071, 03-452074

אנפה
תעשיות דפוס בע״מ

יצחק שדה 34 ת״א
טל. 337861

מוגש ע״י עוסקים לעסקים

דפוס
ההטבעה בע״מ
חברה לעיצוב והדפסת תוויות
לבתי מלון ומסעדות

רח׳ חיים ויטל 2 קומה ג׳ ת״א HAIM VITAL 2 ST. T-A
טל: TEL: 03-839542, 828465

רח׳ היסוד 5 ת״א, בנין מרכזים
טל. 83248 – 837030

יבוא, יצור, שווק מוצרי אריזה למזון

יצחק שדה 6, ת״א, ת.ד. 21451
טל. 03־376542

אוריינט
להדפסה בע״מ
ORIENT
PRINTING LTD.

משרד: לילינבלום 11, טל. 8 – 03־656107, 03־651608,
ת.ד. 29119, תל־אביב 61290
מפעל: טלפון 03־658943, 3 – 03־652312
לילינבלום 1, תל־אביב 65131,

גולדפיין – גרי

פירסום בינלאומי
בע״מ

גורדון 9 ת״א
טל. 224540

איזה ירקות מגישים לך במלון?

הפרכיב העיקרי בארוחות המוגשות במסעדות ובתי מלון הוא הירק ★ אברהם גרציאני ובניו מספקים תוצרת חקלאית, טריה ואיכותית, ישר מן השדה.

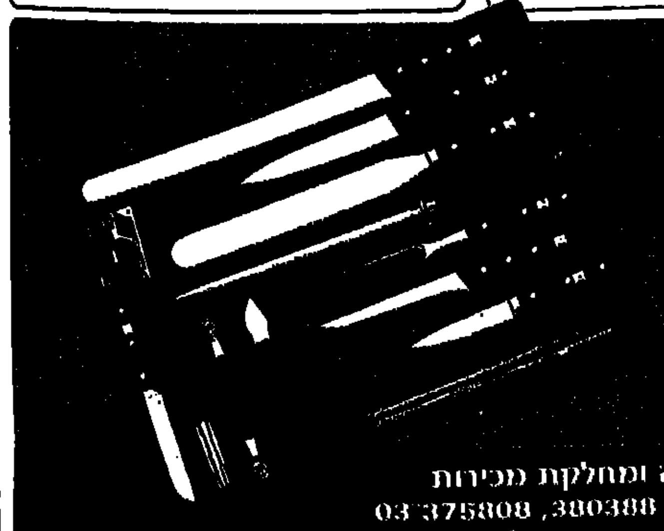
האורח הנופש במלון, או אוכל במסעדה, מצפה לפינוק בנושא הארוחות, אשר המרכיב העיקרי ברובן – ירקות ופירות. יותר ויותר אנשים מעדיפים ארוחות צמחוניות, ומצפים למזון עשיר, טרי ובאיכות מעולה. רק בית מלון, או מסעדה, המקפידים על מקור מהימן למזון מן הצומח, יזכו לביקור נוסף של אורחיהם, שאף ימליצו עליהם לאחרים.

ללא פער התיווך

אספקת תוצרת חקלאית, ישר מן השדה ובאיכות מעולה, הינה תחום העיסוק של אברהם גרציאני, ובניו אלי ורפי, מזה 30 שנה. צוות עובדים גדול וכלי רכב חדישים מספקים ירקות ופירות, העומדים בדרישות המחמירות של לקוחות בתי המלון, המסעדות ומוסדות ציבוריים. השיווק הוא ישיר, ללא פער תיווך, ועל כן מוזיל את מחיר התוצרת.

ראו למזון טרי
לאורחיך. הם יעריכו
זאת.

אברהם גרציאני ובניו בע״מ. השוק הסיטונאי ת״א. טל׳ 254717, 216929, 03־262463, ת.ד. 20143



מרכז
הקונדיטוריה והמטבח

אולם תצוגה ומחלקת מכירות
טל: 380388, 03־375808
רח׳ מטלון 23, תל־אביב

ברכות לדן פנורמה במלאת שנה למלון ברכות לדן פנורמה במלאת שנה למלון ברכות לדן פנורמה במלאת שנה למלון ברכות לדן פנורמה במלאת שנה למלון